إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

يخنة الكوسا باللحم

كيلوغرام من الكوسا الأخضر المتوسط الحجم

٢ أو ٣ رؤوس من البندورة (الطماطم) الحمراء مقشرة ومقطعة إلى مكعبات

رأس فلفل أخضر متوسط مقطع إلى مكعبات

رأس فلفل أحمر متوسط مقطع إلى مكعبات

بصلة متوسطة مفرومة، ملعقة صغيرة من الملح

نصف ملعقة صغيرة من البهار الحلو

نصف ملعقة صغيرة من الكمون

نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود

ملعقة طعام من معجون البندورة (الطماطم)

ملعقة صغيرة من معجون الفلفل

٣٠٠غ من اللحم المفروم على نحو متوسط

كوب من صلصة البندورة مخلوط مع نصف كوب من الماء، نصف كوب من الزيت لقلي الكوسا.

التحضير

يسخن الزيت في مقلاة، وتقلى فيه الكوسا لمدة ١٥ إلى ٢٠ دقيقة. توضع الكوسا المقلية جانباً.

يضاف المزيد من الزيت إلى المقلاة عند الحاجة، ويقلى فيه البصل المفروم واللحم. يطهى الكل حتى يتغير لون اللحم.

يضاف الملح والتوابل ومعجون البندورة ومعجون الفلفل.

يخلط اللحم مع الكوسا المقلية والفلفل والبندورة. ينقل المزيج إلى طبق زجاجي مقاوم لحرارة الفرن ويخلط مع كوب من صلصة البندورة. يوضع الطبق الزجاجي في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت لمدة ٤٠ إلى ٥٠ دقيقة حتى تنضج كل الخضار.

ملاحظة: يمكن إضافة رأس من الفلفل الأحمر الحريف لجعل هذا الطبق حريفاً ولذيذاً لكل محبي الأطباق الحريفة.

المحموصة بالبيض المخفوق

٢٠٠غ من اللحم المفروم، كوبان من البرغل الناعم

بصلة متوسطة، ملعقتا طعام من دبس الرمان.

الحشوة

٢٠٠غ من اللحم المفروم، نصف كوب من السمن

٣ بصلات متوسطة مفرومة، ربع كوب من الصنوبر.

البيض

٨ بيضات طازجة، نصف كوب من الحليب

نصف باقة من البقدونس، بصلة متوسطة مفرومة

رأس من البصل الأخضر مفروم، نصف ملعقة صغيرة من البهار، ملح، ملعقة طعام من الزبدة.

التحضير

تحضر عجينة الكبة وتصنع منها أقراص بحجم حبات الجوز، ثم تقلى في الزيت أو السمن أو تخبز في الفرن. توضع ملعقة طعام من الزيت في المقلاة، ويخلط معها دبس الرمان. يضاف من ثم نصف كوب من الماء المغلي وتوضع أقراص الكبة المشوية أو المقلية في هذه الصلصة. تحرك الصلصة جيداً وتترك جانباً.

يخفق البيض في وعاء عميق. يضاف إليه الحليب والبصل والبقدونس والبهار. تسخن ملعقة طعام من الزبدة وتسكب في صينية خبز صغيرة أو في طبق زجاجي مقاوم لحرارة الفرن. يسكب مزيج البيض في الطبق الزجاجي، وترصف فوقه أقراص الكبة. يدخل الطبق إلى فرن حرارته ٤٠٠ درجة فهرنهايت أو ٢٠٠ درجة مئوية إلى أن ينتفخ البيض وينضج. يقدم الطبق فوراً فيما لا يزال ساخناً.

سلطة الشمندر والطحينة

٣ أو ٤ رؤوس من الشمندر الأحمر، مسلوقة ومقشرة ومقطعة إلى مكعبات

٢ أو ٣ فصوص مهروسة من الثوم

كوب من الطحينة، عصير نصف ليمونة

ماء لترقيق الطحينة

ملح وبقدونس مفروم للزينة.

التحضير

تخلط الطحينة مع الماء للحصول على مزيج بقوام اللبن. يضاف الثوم وكذلك الملح وعصير الليمون. تخلط هذه الصلصة مع مكعبات الشمندر وتقدم في طبق تقديم فوق مهد من الخس الأحمر.

أومليت بالخضار

رأس بطاطا كبير، مسلوق ومقشر ومبشور على نحو خشن

رأس فلفل أخضر متوسط مقطع إلى مكعبات صغيرة

رأس فلفل أحمر متوسط مقطع إلى مكعبات صغيرة

بصلة متوسطة مفرومة

رأسان من البصل الأخضر مفرومان

ملعقة صغيرة من الملح

ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض

٦ أو ٧ بيضات مخفوقة

رأسان متوسطان من البندورة (الطماطم) مفرومان بعد إزالة العصير والبذور منهما

٤ملاعق طعام من الزيت النباتي أو الزبدة.

التحضير

يسخن الزيت أو الزبدة في مقلاة غير لاصقة قطرها ٢٢ سم. يوضع البيض في وعاء، وتضاف إليه البطاطا والبندورة (الطماطم) والبصل والفلفل الأحمر والأخضر والملح والفلفل. يخلط الكل معاً وينقل المزيج إلى المقلاة الساخنة.

تغطى المقلاة وتطهى الأومليت فوق نار متوسطة لمدة دقيقتين أو ثلاث دقائق، ثم تخفف النار لمدة ١٠ الى ١٥ دقيقة إلى أن تنضج الأومليت وتظهر قشرة وردية ذهبية عليها. تقلب الأومليت ببطء فوق طبق التقديم ثم تنقل إلى المقلاة لتقلى من الجهة الأخرى.

تغطى المقلاة وتطهى الأومليت مغطاة لمدة ١٠ إلى ١٥ دقيقة. يرفع الغطاء عن المقلاة، وتوضع الأومليت في طبق التقديم وتقطع إلى شرائح وتقدم مع السلطة الطازجة.

حساء الفاصوليا البيضاء

كوب من الفاصوليا البيضاء المنقوعة في الماء طوال الليل ونصف ملعقة صغيرة من بيكربونات الصودا

٥ أكواب من مرقة الدجاج وملعقة طعام من معجون البندورة (الطماطم)

نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض

ملح حسب الحاجة

٣ رؤوس بندورة مقشرة ومفرومة

فصان مهروسان من الثوم

ربع كوب من الأرز المصري المغسول

لإعداد مرقة الدجاج، يسلق الدجاج مع قطعة كراث وعود كرفس وبصلة واحدة وجزرة واحدة وورقة غار و٣ أو ٤ حبات من الهال.

التحضير

تنقع الفاصوليا طوال الليل في الماء البارد مع نصف ملعقة صغيرة من بيكربونات الصودا، ثم تصفى وتترك جانباً.

تسلق الفاصوليا في الماء لمدة ١٠ دقائق، ثم يجري التخلص من الماء.

يوضع الماء الساخن في القدر مجدداً وتسلق الفاصوليا لمدة ٤٠ إلى ٤٥ دقيقة حتى تنضج.

يوضع مرق الدجاج ومعجون البندورة في قدر، ثم تضاف الفاصوليا وتطهى حتى تنضج تماماً ثم تهرس (يتم الاحتفاظ ببعض حبات الفاصوليا للزينة). توضع الفاصوليا في خلاطة الطعام وتهرس جيداً. يضاف إليها نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض وربع كوب من الأرز والبندورة المفرومة والثوم.

يطهى الكل معاً للحصول على قوام الحساء.

يسكب الحساء ويزين بالبقدونس ويقدم ساخناً.

مرانغ بالقشدة

بياض بيضتين، ربع كوب من السكر

ربع كوب من السكر الناعم، فانيلا.

التحضير

يسخن الفرن إلى حرارة ٢٧٥ درجة فهرنهايت. تغطى صينية بسكويت بورق البرشمان.

يخفق بياض البيض في وعاء متوسط حتى يصبح كثير الرغوة. يضاف إليه ربع كوب من السكر، بمعدل ملعقة طعام كل مرة، ويتابع الخفق حتى الحصول على مزيج ناعم ولامع. يضاف من ثم ربع كوب من السكر الناعم بواسطة ملعقة خشبية للحصول على مرانغ.

يملأ كيس حلويات له رأس معدني مزخرف بالمرانغ وتسكب منه أشكال صغيرة. تخبز قطع المرانغ في فرن تراوح حرارته بين ٢٠٠ الى ٢٢٥ درجة فهرنهايت لمدة ساعة كاملة. يطفأ الفرن وتترك الصينية داخله لمدة ساعة شرط إبقاء باب الفرن مغلقاً. يبرّد المرانغ من ثم في حرارة الغرفة. يبقى المرانغ صالحاً للأكل طوال أسابيع في حال حفظه في أوعية مغلقة بإحكام أو في أكياس مختومة.

حشوة القشدة

ثلاثة أرباع الكوب من القشدة النباتية

ثلاثة أرباع الكوب من القشدة الحيوانية

ملعقتا طعام من السكر

ملعقتا طعام من مسحوق الكاكاو

صلصة شوكولا

جوز أو لوز محمص ومطحون.

التحضير

تخفق القشدة النباتية مع ملعقتيّ طعام من السكر حتى الحصول على رغوة خفيفة وبيضاء. تضاف القشدة الحيوانية ومسحوق الكاكاو. يخفق الكل معاً للحصول على قشدة خفيفة.

يملأ كيس حلويات بهذه القشدة. تصب القشدة فوق قطعة مرانغ، ثم تغطى بقطعة مرانغ أخرى مثل السندويش. تزين القطع بصلصة الشوكولا واللوز المطحون.

ملاحظة: يمكن استبدال القشدة بالبوظة إذا شئت.

عوامات بالبطاطا المسلوقة

فنجان من الدقيق (الطحين)

ثلاثة رؤوس بطاطا، برش برتقالة

ملعقة كبيرة من الخميرة الفورية

ملعقتان كبيرتان من ماء الزهر

أربعة فناجين من القطر.

التحضير

اسلقي البطاطا وقشريها واهرسيها في مكبس خاص وخذي منها ملء فنجان واحد، ثم ضعي الخميرة على البطاطا وفنجاناً من الماء الفاتر وادعكيهما بيدك ليصبح المزيج ناعماً. بعدها أضيفي الدقيق الى البطاطا وافركيهما معاً وأضيفي ماء الزهر مع برش البرتقالة واخلطيهما بالطحين ثم ضعي المزيج في مكان دافئ ليتضاعف حجم العجين ويختمر. وعندما يختمر ضعي الزيت في مقلاة عميقة على نار قوية واقطعي بيدك اليسرى بعض العجين بالضغط على السبابة والابهام ليخرج العجين في شكل دائرة صغيرة، اقطعيها في كل مرة بملعقة صغيرة بعد غمسها بالماء، ويكون حجم هذه الدائرة بقدر حبة الكرز. بعدها ضعيها في الزيت الحامي وحركي هذه الكرات باستمرار لتصبح عوامات متشابهة اللون. وعندما يصبح لونها مائلاً الى الأحمر ارفعيها من المقلاة بملعقة ذات ثقوب (كبشة) وضعيها في القطر البارد وقلبيها مرتين أو ثلاث، ثم ارفعيها من القطر الى طبق وقدميها ساخنة أو باردة.

ملوكية الكنافة البيضاء

نصف كيلوغرام من شعر الكنافة

ربع كوب أو أكثر من ماء الزهر

كوب من السكر الناعم

ربع كوب من الصنوبر المقلي

ربع كوب من اللوز المقلي

ربع كوب من الفستق المقشر

زهر الليمون للزينة

نصف كيلوغرام من القشدة.

التحضير

يخلط شعر الكنافة مع السكر الناعم وماء الزهر في وعاء حتى يختلط السكر الناعم جيداً ويصبح المزيج رطباً. يغطى قعر وعاء عميق بورق النايلون اللاصق وتنقل نصف كمية الكنافة إلى الوعاء. يغطى شعر الكنافة بالقشدة ثم تصب فوقها الكمية الباقية من شعر الكنافة. يضغط على محتوى الوعاء جيداً للتأكد من اتخاذ الكنافة شكل الوعاء. يترك الوعاء جانباً لمدة ٣٠ دقيقة. يقلب الوعاء فوق طبق التقديم ويزين باللوز المقلي، والصنوبر والفستق. يرش من ثم زهر الليمون في الأعلى. كما يمكن وضع القشدة فوق الكنافة.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

عش البلبل بالدجاج والكاري

٢٥٠غ من نودلز البيض

٢٥٠غ من لحم الدجاج المسلوق (الصدر والأفخاذ من دون الجلد)

علبة صغيرة (٢٥٠ غ) من الأناناس المقطع إلى مكعبات.

الصلصة

صفار ٣ بيضات

٢٠٠غ من الزبدة المذوبة

ملعقة طعام من مسحوق الكاري

نصف كوب من عصير الأناناس + ٣ إلى ٤ ملاعق طعام من القشدة الطازجة

ربع ملعقة صغيرة من البهار الحلو

ملح وفلفل أبيض.

التحضير

ينقع النودلز في الماء الفاتر حتى يصبح طرياً. (يضاف المزيد من الماء الفاتر إلى النودلز في حال لم يصبح طرياً خلال نصف ساعة).
ثم يصفى في مصفاة وتؤخذ بعض خيوطه الطويلة وتدوّر بين الأصابع للحصول على شكل عش.
ترصف أعشاش النودلز في طبق التقديم وتحفظ ساخنة.
يملأ كل عش بالصلصة واللحم ويزين بأعناق البصل الأخضر ويقدم.

تحضير الصلصة

يخفق صفار البيض بواسطة المخفقة في قدر فوق النار، وتضاف الزبدة تدريجياً إلى البيض. يتابع الخفق حتى تصبح الصلصة كثيفة مثل المايونيز. يجب الانتباه كي لا تتخثر الصلصة. وينصح عادة باستعمال نظام الغلاية المزدوجة لتفادي احتراق الصلصة.
ترفع القدر عن النار ويضاف عصير الأناناس والقشدة الطازجة إلى محتواها.
يضاف الملح والفلفل الأبيض حسب الذوق.
يخلط هذا المزيج مع مكعبات الأناناس ولحم الدجاج.
يوضع القليل من هذا المزيج في كل عش ويقدم ساخناً بمثابة وجبة لذيذة مع السلطة الخضراء.

ملاحظة: ان نظام الغلاية المزدوج ينص على استعمال قدر صغير مليئة الى نصفها بالمياه وفوقها قدر أخرى تحتوي على الصلصة أو المكونات المراد طهوها. وتجري عملية الطهو بحرارة البخار المنبعث من المياه المغلية.

كعك (كحك) العيد

- ٧ أكواب من الدقيق (الطحين)
- كوبان ونصف الكوب من السمن
- ملعقتا طعام من رائحة الكعك (خليط متساوٍ من القرفة وجوزة الطيب وماء الورد والقرنفل)
- ثلاثة أرباع الكوب من الماء
- ملعقتا طعام من السمسم
- سكر ناعم للزينة.

طريقة التحضير

تسخن السمن فوق النار حتى تصل إلى درجة الغليان. تفتح حفرة في الدقيق، ويضاف إليها السمسم والبهارات. تضاف من ثم السمن الساخنة ويحرك الكل بالملعقة أو باليد حتى يبرد. يترك خليط الدقيق والسمن حتى يبرد. يضاف إليه الماء ويعجن الخليط جيداً. يترك الخليط حتى يرتاح لمدة ساعة ثم يقطع إلى دوائر صغيرة، ويخبز في فرن معتدل الحرارة لمدة ٢٠ دقيقة حتى ينضج الكعك. يخرج الكعك من الفرن، ثم يرش فوقه السكر الناعم ويقدم.

سميد بالقشدة

- كوب من السميد
- ٣ أكواب من الحليب
- فانيلا
- بيضة واحدة
- ملعقتا طعام من السكر.

التحضير

يخلط السميد مع الحليب ثم تضاف الفانيلا والبيضة والسكر.
يطهى الكل معاً فوق النار حتى يصبح المزيج كثيفاً.
يبسط هذا المزيج في قعر طبق زجاجي مقاوم لحرارة الفرن ويترك حتى يبرد.

الطبقة العلوية

- مغلفان (علبة واحدة) من القشدة الجاهزة (دريم ويب)، علبة من القشدة
- نصف كوب من الحليب الكثيف البارد (ملعقتا طعام من مسحوق الحليب مع نصف كوب من الماء)، قطر
- فستق حلبي مطحون وزهر الليمون.

التحضير

توضع القشدة الجاهزة (دريم ويب) مع القشدة والحليب في الخلاطة الكهربائية ويخفق الكل معاً حتى يصبح المزيج كثيفاً. يبسط هذا المزيج فوق السميد أو يستعمل كيس القشدة لبسط مزيج القشدة في شكل زيني. يحفظ المزيج في الثلاجة حتى يبرد. يزين الطبق بالفستق الحلبي وزهر الليمون. يقدم الطبق بارداً مع القطر.

بودينغ السميد

(الكمية تصنع ٢٤ قطعة)

- كوب من السكر
- كوب ونصف الكوب من الماء
- نصف كوب من الحليب
- ملعقة صغيرة من الهال المطحون
- ٤ ملاعق طعام من السمن
- كوب من السميد
- ملعقتا طعام من الزبيب الخالي من البذور
- ملعقتا طعام من اللوز المحمص
- ٢٤ لوزة كاملة محمصة.

التحضير

تدهن صينية مستطيلة حجمها ٢٠ الى ٢٩ سم بالزيت. يخلط السكر مع الماء والحليب والهال في قدر متوسطة. يحرك المزيج فوق النار، من دون أن يغلي، إلى أن يذوب السكر. ترفع القدر عن النار. تسخن السمن في قدر أخرى. يطهى فيها السميد لمدة دقيقة، مع التحريك، إلى أن يتغلف السميد بالسمن ويتغير لونه قليلاً. يضاف مزيج الحليب إلى السميد، ويطهى الكل حتى يصبح المزيج كثيفاً. يضاف الزبيب واللوز. يبسط المزيج في الصينية المحضرة، ويقطع على أشكال ماسية. توضع حبة لوز في وسط كل شكل ماسي. تغطى الصينية وتوضع في البراد حتى تجمد. .

أصابع الشوكولا

علبة من العجينة الجاهزة Ready Puff

٤٠٠غ من الشوكولا شبه الحلوة

مربى المشمش

شعيرية الشوكولا

صفار بيضة واحدة وملعقة صغيرة من الحليب.

التحضير

تذوب الشوكولا وتبسط فوق ورقة البرشمان. وحين تجمد الشوكولا تقريباً ولا تلتصق باليدين، تقطع بالسكين إلى شرائح على شكل عيدان طولها ٢ إلى ٣ سم وتترك جانباً حتى تبرد تماماً.

يرش القليل من الدقيق فوق طاولة العمل. ترق العجينة الجاهزة إلى مستطيل كبير سماكته سنتيمتر ونصف سنتيمتر تقريباً.

توضع شريحتا شوكولا على حافة العجينة وتلف العجينة مرتين على بعضها، ثم تقطع بواسطة سكين وترصف في صينية خبز غير لاصقة مدهونة بالقليل من الماء.

يتابع تحضير أصابع العجين بالشوكولا، وترصف في الصينية بعيدة عن بعضها مسافة ٣ سم للسماح بانتفاخ العجينة.

تدهن لفافات العجين بصفار البيض وتخبز في فرن حرارته ٣٧٥ درجة فهرنهايت حتى يصبح لونها ذهبياً.

تخرج أصابع الشوكولا من الفرن. وحين تبرد يدهن سطحها بمربى المشمش وتغمس أطرافها في شعيرية الشوكولا وتقدم بمثابة نوع خفيف من الحلوى.

جاتوه بالشوكولا

نصف كوب من الماء الساخن

صفار ٤ بيضات في حرارة الغرفة

٨ ملاعق طعام من الشوكولا المذوبة شبه الحلوة

كوب من الزبدة في حرارة الغرفة

بياض ٤ بيضات في حرارة الغرفة

كوبان من السكر الأسمر

كوب ونصف الكوب من الدقيق (الطحين)

ملعقة صغيرة ونصف من الباكينغ باودر

رشة فانيلا

كوب من الحليب في حرارة الغرفة

كوب من الجوز المفروم مخلوط مع ملعقة طعام من الدقيق.

التحضير

تدهن صينية مستطيلة أو مربعة بالزبدة ويرش فوقها الدقيق.

تذوب الشوكولا في البان ماري أو المايكروويف، ثم تخلط مع الماء الساخن. يخفق السكر مع الزبدة، ويضاف إليهما صفار البيض تدريجياً، ومن ثم الشوكولا المذوبة والفانيلا.

يخفق بياض البيض للحصول على مرانغ.

يضاف بياض البيض إلى مزيج الجاتوه ويحرك الكل بواسطة ملعقة. يخلط الكل بعناية، ثم يضاف الجوز.

يسكب مزيج الجاتوه في الصينية ويخبز لمدة ٤٥ دقيقة في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت أو ١٨٠ درجة مئوية.

يقدم الجاتوه مع بوظة الفانيلا وصلصة الشوكولا.

صلصة الشوكولا

٢٠٠غ من الشوكولا نصف المحلاة والمقطعة

كوب من القشدة

ملعقتا طعام من الزبدة في حرارة الغرفة.

التحضير

تسحن القشدة في قدر الى أن تغلي. ثم ترفع القدر عن النار. تضاف الشوكولا المقطعة الى القشدة الساخنة وتترك حتى تذوب تماماً وتخلط مع القشدة. تضاف ملعقتا طعام من الزبدة الى هذا المزيج ويخلط الكل معاً للحصول على صلصة لامعة.

بومب الشوكولا

وصفة جاتوه Roll Jelly

قالب نصف دائري أو وعاء سلطة

ورق نايلون لاصق

وصفة قشدة Whipped Cream

وصفة غاناش

جاتوه Roll Jelly

٣ بيضات في حرارة الغرفة

كوب من السكر، ثلث كوب من الماء

فانيلا، نصف كوب من الدقيق (الطحين)

ربع كوب من مسحوق الكاكاو

ملعقة صغيرة من الباكينغ باودر، رشة ملح.

التحضير

يسخن الفرن إلى حرارة ٣٧٥ درجة فهرنهايت.

يبطن قالب جاتوه Roll Jelly حجمه ٣٠x٢٠x٣ سم بورق البرشمان. يخفق البيض في وعاء صغير لمدة ٥ دقائق تقريباً حتى يصبح كثيفاً جداً وبلون الليمون. يضاف السكر تدريجياً إلى البيض. يضاف بعدها الماء والفانيلا. يخلط الدقيق مع الكاكاو والباكينغ باودر والملح. يخفق المزيج جيداً حتى يصبح ناعماً.

يصب المزيج في القالب ويبسط في الزوايا. يخبز لمدة ١٢ إلى ١٥ دقيقة حتى يخرج العود الخشبي نظيفاً بعد غرزه فيه. يحرر الجاتوه فوراً من القالب ويقلب فوق فوطة مكسوة بالكثير من السكر.

قشدة Whipped Cream

٢٥٠غ من الزبدة في حرارة الغرفة

صفار ٣ بيضات

كوب من قطر السكر (كوب من السكر ونصف كوب من الماء)، مسحوق الفانيلا.

التحضير

يسخن السكر في قدر فوق النار لمدة ٧ إلى ١٠ دقائق حتى الحصول على قطر كثيف وساخن. يخفق صفار البيض في الخلاط حتى يصبح بلون الليمون الشاحب. يضاف قطر السكر الساخن إلى البيض فيما لا يزال الخلاط قيد العمل. يخفق المزيج لمدة ٧ إلى ١٠ دقائق حتى يبرد. تضاف الزبدة إلى هذا المزيج، بمعدل قطعة واحدة كل مرة، ويخلط الكل على السرعة المتوسطة حتى الانتهاء من استعمال كل الزبدة. يجب أن تكون حرارة الزبدة في حرارة البيض والسكر. يخفق المزيج حتى الحصول على قشدة طرية. تضاف إليها الفانيلا وتوضع جانباً للاستعمال.

صلصة الشوكولا (الغاناش)

٢٠٠غ من الشوكولا شبه الحلوة المفرومة خشناً (يفضل استعمال الشوكولا الجيدة النوعية)

كوب من القشدة الطازجة

ملعقة طعام من الزبدة.

التحضير

تسخن القشدة في قدر فوق النار حتى درجة الغليان. تطفأ النار. تضاف الشوكولا المفرومة إلى القشدة وتترك حتى تذوب في حرارة القشدة. يخلط المزيج بعناية للحصول على صلصة الشوكولا. تضاف الزبدة إلى الصلصة وتخلط معها، لكن يجب عدم الإفراط في الخلط كي لا يضيع لمعان الشوكولا.

رقاقات الشوكولا

لإعداد رقاقات الشوكولا، يمكن استعمال الشوكولا العادية. تذوب الشوكولا وتبسط في طبقات رقيقة فوق ورق البرشمان. وحين تجمد، تقطع إلى أشكال بواسطة السكين، وتوضع في علبة حتى موعد الاستعمال.

لإعداد الجاتوه

يستعمل وعاء أو قالب له قعر دائري، ويبطن بورق النايلون أو ورق الألمنيوم. توضع طبقة من الجاتوه في قعر القالب، شرط أن تمتد إلى حواف الوعاء. تصب فوقها قشدة الزبدة، ومن ثم الجاتوه، وبعدها قشدة الزبدة. توضع أخيراً طبقة من الجاتوه وتغطى اليومب بورق النايلون اللاصق أو الألومنيوم وتترك في الثلاجة لمدة ساعتين. يخرج القالب من الثلاجة ويقلب رأساً على عقب. ينزع ورق النايلون أو ورق الألومنيوم عن الجاتوه. يوضع الجاتوه فوق مصبع موضوع في صينية للسماح بصلصة الشوكولا بالنزول في الصينية. تصب صلصة الشوكولا (الغاناش) فوق الجاتوه وتترك حتى تجمد. يزين الجاتوه برقاقات الشوكولا ويحفظ في الثلاجة حتى موعد الاستعمال.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

مقلوبة السمك

كيلوغرام من شرائح سمك اللقز أو الهامور

ملح وفلفل أبيض ونصف ملعقة صغيرة من بهارات السمك

برتقالة مقطعة إلى شرائح

فصان أو ثلاثة فصوص مفرومة من الثوم

ليمونتان مقطعتان + ربع كوب من الزيت النباتي

نصف كوب من زيت الزيتون لقلي السمك

نصف كوب من اللوز المقشر.

التحضير

تنقع شرائح السمك طوال الليل مع المكونات المذكورة أعلاه في وعاء زجاجي أو بلاستيكي مغطى.

يسخن الزيت في مقلاة غير لاصقة وتقلى فيه شرائح السمك إلى أن تصبح وردية اللون من الوجهين، ثم ترفع من الزيت وتحفظ ساخنة. يقلى اللوز في الزيت نفسه ثم يوضع على محارم المطبخ.

الأرز

كوبان من الأرز البسماتي المغسول والمصفى

كوبان وربع الكوب من مرقة السمك أو مرقة الدجاج

كوب من الخضار المتنوعة (جزر، بازيلا، فول)

ملعقتا طعام من الزبدة أو السمن المذوبة

ملعقة صغيرة من الملح ونصف ملعقة صغيرة من مسحوق الزعفران.

التحضير

توضع مرقة السمك أو الدجاج في القدر. يضاف إليها الأرز ويطهى حتى يبدأ بالغليان. تغطى القدر وتخفف النار ويطهى الأرز لمدة ١٠ إلى ١٢ دقيقة. ترفع القدر عن النار ويترك الغطاء فوقها لمدة ١٠ دقائق إضافية. يرفع الغطاء عن القدر، وتضاف ملعقة صغيرة من الملح مع الزبدة أو السمن ومسحوق الزعفران. تضاف بعدها الخضار. يحرك الأرز بواسطة شوكة بحيث تبقى بعض المساحات بيضاء ويصبح بعضها الآخر أصفر اللون. ترصف شرائح السمك في قعر صينية خبز دائرية. يسكب الأرز والخضار فوقها، ويضغطان جيداً. تقلب الصينية رأساً على عقب لتصبح شرائح السمك في أعلى الطبق. يزين الطبق باللوز المقلي ويقدم ساخناً مع سلطة خضراء طازجة.

طاجن الدجاج مع الزيتون الأخضر (طبق مغربي)

كيلوغرام ونصف الكيلوغرام من الدجاج

٣ فصوص ثوم مهروسة

باقة من الكزبرة مفرومة ناعماً

عصير نصف ليمونة

ملعقة صغيرة من الملح

٣ إلى ٤ ملاعق طعام من زيت الزيتون

بصلة كبيرة مبشورة

حفنة من خيوط الزعفران

ملعقة صغيرة من الزنجبيل المطحون

ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون

عود قرفة

كوب من الزيتون الأسود

ليمونة واحدة مقطعة إلى شرائح.

التحضير

توضع الدجاجة في طبق عميق، ويفرك باطن الدجاجة بالثوم وعصير الليمون والكزبرة والملح. يخلط زيت الزيتون مع البصل المبشور والزعفران والزنجبيل والفلفل، ويفرك سطح الدجاجة بهذا المزيج. تغطى الدجاجة وتترك لمدة ٣٠ دقيقة تقريباً.

تنقل الدجاجة إلى قدر الطاجن أو إلى قدر ثقيلة مقاومة للهب ويصب عصير التخليل فوقها. تصب من ثم كمية كافية من الماء لتغطية منتصف الدجاجة، ويضاف عود القرفة. توضع القدر فوق النار حتى يغلي الماء. تخفف النار وتغطى القدر ويترك محتواها يغلي لمدة ساعة تقريباً، شرط تقليب الدجاجة بين الحين والآخر.

يحمى الفرن إلى حرارة ٣٠٠ درجة فهرنهايت أو ١٥٠ درجة مئوية أو غاز رقم٢، وترفع الدجاجة بعناية من القدر باستعمال ملعقة كبيرة ذات ثقوب وتوضع على صينية مكسوة بورق الألمنيوم. توضع القدر مجدداً فوق النار ليغلي سائل الطهو لمدة ٥ دقائق، ثم تخفف النار وتعاد الدجاجة إلى القدر لتطريتها تماماً. يضاف الزيتون وشرائح الليمون وتوضع قدر الطاجن في الفرن لمدة ١٥ دقيقة. يزين الطبق ويقدم الدجاج مع الكوسكوس وشرائح البرتقال.

يخنة الكمأة واللحم

كيلوغرام من لحم الغنم أو البقر المقطع إلى مكعبات كبيرة

كيلوغرام من الكمأة المنظفة والمقشرة

كوب من الأرز الأميركي الطويل الحبة

كوب من الأرز المصري

فلفل أسود - ملح- بهار حلو

ملعقة أو ملعقتا طعام من معجون البندورة (الطماطم)

ملعقة صغيرة من معجون الفلفل

ملعقتا طعام من السمن أو الزبدة المذوبة وزيت.

التحضير

توضع كمية كافية من الماء في قدر مع مكعبات اللحم لغمرها تماماً، وتوضع القدر فوق النار لسلق اللحم. حين تظهر الزفرة على السطح، تزال كلها ثم يضاف معجون البندورة (الطماطم) ومعجون الفلفل. تغطى القدر ويطهى اللحم حتى يصبح طرياً. ترفع قطع اللحم من القدر وتوضع جانباً في وعاء مغطى. تقطع الكمأة إلى مكعبات وتطهى في مرقة اللحم نفسها حتى تصبح طرية (علماً أن الكمأة تنضج بسرعة). تسخن السمن في قدر أخرى، ويقلى فيها الأرز المغسول والمصفى لبضعة دقائق، ثم تضاف مرقة اللحم (يفترض أن تكون أربعة أكواب). وإذا لم تكن مرقة اللحم كافية، تضاف مرقة الدجاج لتحضير الأرز. يترك الأرز المطهو حتى يرتاح لمدة ١٠ دقائق إلى ١٥ دقيقة في قدر مغطاة. يرفع الأرز من القدر ويسكب في طبق التقديم. يغطى بمكعبات اللحم والكمأة. يقدم الطبق مع سلطة الخضار الطازجة واللبن.

حساء البورش (طبق بولوني)

نصف كيلوغرام من لحم الدجاج

نصف كيلوغرام من اللحم المقطع إلى مكعبات

٥ إلى ٦ أكواب من مرقة الدجاج

ملعقتا طعام من الزبدة

رأس شمندر أحمر كبير مقطع إلى مكعبات

رأس كراث مفروم

٥ إلى ٦ أوراق من الملفوف المفروم

بصلة كبيرة مقطعة إلى شرائح.

التحضير

يقشر رأس الشمندر ويقطع إلى مكعبات. تترك مكعبات الشمندر منقوعة في عصارتها.

تسخن الزبدة في قدر، ويضاف إليها البصل والشمندر والكراث والملفوف. يطهى الكل لمدة ٥ إلى ٦ دقائق.

يضاف عصير الشمندر ومرقة الدجاج إلى الخضار.

يضاف من ثم الدجاج واللحم ويطهى الكل لمدة ساعة تقريباً أو حتى تنضج كل الخضار وقطع اللحم. يخرج لحم الدجاج من القدر ويقطع إلى شرائح طويلة ورفيعة، ثم تعاد هذه الشرائح إلى القدر. يضاف الملح حسب الحاجة.

يقدم الحساء مع القشدة الرائبة وشرائح الخبز المحمص.

حساء الكرفس

كوبان من الكرفس الطازج المغسول والمقطع إلى مكعبات صغيرة

بصلة متوسطة مفرومة

ثلاثة أرباع الكوب من القشدة الطازجة

ملعقة طعام من الزبدة

ملعقة طعام من الدقيق (الطحين)

جزرتان مقطعتان إلى مكعبات صغيرة

نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض

ملعقة صغيرة من الملح

٥ إلى ٦ أكواب من مرقة الدجاج.

التحضير

تسخن الزبدة في قدر ويضاف إليها البصل المفروم. يقلى حتى يصبح لونه شاحباً.

يضاف الكرفس والجزر والفلفل الأبيض والملح والدقيق. يطهى الكل حتى تصبح رائحة الدقيق لذيذة.

تضاف مرقة الدجاج وتستعمل ملعقة خشبية لتحريك الحساء باستمرار بهدف التخلص من الكتل. كما يمكن استعمال المخفقة الشريط لهذه الغاية. يطهى الحساء حتى تظهر فيه الفقاقيع. ترفع القدر عن النار.

تستعمل الخفاقة لهرس الحساء وتحويله إلى قوام ناعم. يضاف ثلاثة أرباع الكوب من القشدة الطازجة إلى الحساء ويخلطان معاً. إذا كان الحساء كثيفاً، يمكن إضافة المزيد من مرقة الدجاج. يضاف الملح حسب الحاجة، علماً أن مرقة الدجاج تحتوي أصلاً على الملح.

بودينغ الخبز القشدي

- ٨ شرائح من الخبز الأبيض اللين
- ملعقتا طعام من السمن أو الزبدة
- علبة من الحليب المكثف (٣٧٥ مل)
- نصف كوب من الحليب
- عودان من القرفة، ٦ حبات هال
- رشة من خيوط الزعفران
- ربع كوب من السكر
- ملعقة طعام من اللوز المقشر
- ملعقة طعام من الفستق المقشر والمفروم.

التحضير

تستعمل قطاعة بسكويت قطرها ١٠ سم لتقطيع شرائح الخبز إلى دوائر. تسخن نصف كمية السمن أو الزبدة في قدر كبيرة، وتقلى فيها نصف دوائر الخبز حتى تحمرّ على الجهتين. تكرر العملية نفسها مع دوائر الخبز الباقية والسمن الباقية.
ترصف قطع الخبز المقلية في طبق زجاجي مقاوم للحرارة، على أن تتشابك قليلاً فوق بعضها البعض.
يخلط الحليب المكثف مع الحليب، والتوابل، والسكر في قدر كبيرة. يحرك الكل فوق نار خفيفة حتى يذوب السكر، ثم يغلى الكل من دون غطاء لمدة ٥ دقائق، مع التحريك أحياناً. يصفى المزيج في وعاء صغير. يصب مزيج الحليب فوق دوائر الخبز ويرش فوقه اللوز. يترك الكل جانباً لمدة ٣٠ دقيقة. يخبز المزيج من دون غطاء في فرن معتدل الحرارة لمدة ١٥ دقيقة تقريباً أو حتى يحمرّ قليلاً.

قمر الدين المطبوخ

- كوبان من قمر الدين المصفى مع ماء لنقعه
- سكر للتحلية حسب الذوق
- ملعقة صغيرة من دقيق الذرة (النشاء)
- ٣ ملاعق طعام من الزبيب (اختياري) والمكسرات (لوز وفستق وصنوبر).

التحضير

يقطع قمر الدين وينقع في الماء لمدة ساعتين على الأقل، ثم يصفى.
يوضع قمر الدين في قدر فوق النار ويحلى بالسكر. يحرك المزيج حتى يذوب السكر، ثم يترك فوق النار ليغلي.
يمزج النشاء مع القليل من الماء البارد، ثم يضاف إلى قمر الدين المغلي. يحرك الكل مع التقليب المستمر لمدة ٥ دقائق.
يسكب المزيج في الأطباق ثم يوضع في الثلاجة.
يزين بالمكسرات والزبيب حسب الرغبة مباشرة قبل التقديم.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

وسقمة الباذنجان

التحضير

تغسل رؤوس الباذنجان وتنزع منها الأعناق السوداء وتجفف بفوطة مطبخ. يُقلّم الباذنجان بمقشرة البطاطا أو السكين للحصول على خطوط سوداء وبيضاء. يرش الملح فوق رؤوس الباذنجان وتترك جانباً لمدة ساعة ثم تغسل مجدداً بالماء وتجفف لتفادي امتصاص كمية كبيرة من الزيت. يفتح شق طوله ٢ إلى ٣ سم في جانب كل رأس باذنجان ويغرز فص ثوم في هذا الشق. يسخن الزيت وتقلى فيه رؤوس الباذنجان على نار قوية جداً ثم تترك جانباً. تقلى البطاطا أيضاً في الزيت نفسه وتترك جانباً. يفرغ معظم الزيت من المقلاة ويقلى البصل في القليل المتبقي حتى يصبح شفافاً. يصفى بعدها البصل المقلي على محارم المطبخ الورقية. تقلى الفليفلة والبندورة. توضع طبقة من البطاطا المقلية في قعر قدر ويرش عليها القليل من الملح. توضع من ثم طبقة من الباذنجان وفوقها طبقة من البصل، والفليفلة الخضراء والحمص وقطع البندورة. تكرر العملية نفسها بحيث تتناوب الطبقات بين الخضار. ترش التوابل حسب الحاجة. يذوب معجون البندورة في ثلاثة أرباع كوب من الماء ويسكب فوق محتوى القدر. تغطى القدر وتترك على النار حتى يبدأ السائل فيها بالغليان. تخفف النار ويترك محتوى القدر ليغلي برفق لمدة ٣٠ دقيقة، ثم يترك ليبرد. يسكب محتوى القدر في طبق التقديم ويزين بالبقدونس. يقدم الطبق بارداً.

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

كيلوغرام من الباذنجان الصغير، نصف كيلوغرام من البندورة (الطماطم)

الحمراء المقطّعة
رأس من الفليفلة الأخضر المقطع إلى مكعبات صغيرة، بصلتان متوسطتان مقطعتان إلى شرائح، ٨ إلى ١٠ فصوص ثوم مقشرة
كوب من الحمص المنقوع
كوب من زيت الزيتون أو الزيت النباتي
ملعقة طعام من معجون البندورة، ملح وبهار نصف ملعقة صغيرة من السبع بهارات
رأسان متوسطان من البطاطا، مقشران ومقطعان إلى شرائح
بقدونس مفروم للزينة

حساء الفطر

٥ إلى ٦ أكواب من مرقة الدجاج

ملعقتا طعام من الدقيق (الطحين)

ملعقتا طعام من الزبدة، كوب من الفطر المفروم المصفى من الماء، كوب من القشدة الطازجة

نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض

رشة من جوزة الطيب.

التحضير

تسخن الزبدة مع الدقيق للحصول على مزيج. تضاف ٥ أكواب من مرقة الدجاج إلى هذا المزيج ويخلط الكل بواسطة المخفقة أو الملعقة الخشبية للتخلص من الكتل. يترك المزيج فوق النار حتى الغليان، ثم ترفع القدر عن النار. يضاف إليها الفلفل الأبيض وجوزة الطيب. تضاف القشدة الطازجة والفطر المفروم. يخلط الكل ويقدم.

ملاحظة: يجب ألا يغلي الحساء بعد إضافة القشدة الطازجة. ثمة قشدة خاصة بالطهو يمكنك استعمالها بحيث يغلي الحساء من دون أن يتخثر. يصبح الحساء أكثر كثافة حين يبرد، ولذلك يمكن إضافة المزيد من مرقة الدجاج لترقيق الحساء إذا أردت تسخينه مجدداً.

ويمكنك أيضاً استعمال ماء الحفظ المستعمل في علب الفطر في الطهو.

سمك الترويت المشوي

سمكة ترويت ذات لحم وردي وزنها ٢ إلى ٢,٥ كيلوغرام

٣ ملاعق طعام من زيت الزيتون

ليمونة واحدة مقطعة إلى شرائح

ملعقة صغيرة من الملح.

الصلصة الخضراء

كوب من المايونيز

نصف كوب من البقدونس

نصف كوب من الروكا

ربع كوب من الكزبرة الطازجة

رأسان من البصل الأخضر

نصف كوب من السبانخ الأخضر المطهو والمعصور

ملعقة أو ملعقتا طعام من عصير الليمون.

التحضير

يغسل السمك ويجفف بمحارم المطبخ الورقية من الداخل والخارج.
تفرك السمكة بزيت الزيتون والملح.
توضع شرائح الليمون في تجويف السمكة.
تلف السمكة بورق الألمنيوم وتخبز في فرن حرارته ١٨٠ درجة مئوية لمدة ٣٠ دقيقة تقريباً (يمكن فتح الفرن والتحقق من نضوج لحم السمك).
تخرج السمكة من الفرن، وتفتح ورقة الألمنيوم وتجفف السوائل بواسطة محارم ورقية. تقشر السمكة بعناية، وتقلب وتقشر من الجهة الأخرى أيضاً. تغطى السمكة وتحفظ في ورق النايلون اللاصق لكي تبقى في حرارة الغرفة. كما يمكن وضع السمكة في الثلاجة.
تحضر الصلصة الخضراء وتقدم مع السمك.

الصلصة الخضراء

تهرس جميع المكونات المذكورة اعلاه ويضاف اليها المايونيز وعصير الليمون ويتابع الخلط حتى الحصول على صلصة خضراء اللون.

الدجاج مع القشدة الرائبة

٦ صدور دجاج

كوبان ونصف الكوب من القشدة الطازجة

نصف كوب من جبنة بارميسان

٥ إلى ٦ ملاعق طعام من عصير الليمون

ملعقة صغيرة من برش الليمون، زبدة +زيت لقلي قطع الدجاج.

التحضير

ينزع الجزء الهبر من صدر الدجاج شرط الاحتفاظ بالجلد.
تقلى صدور الدجاج في الزيت حتى يصبح لونها ورديا. تخلط القشدة الطازجة مع عصير الليمون وبرش الليمون. يفترض أن تصبح القشدة كثيفة عند إضافة عصير الليمون. توضع صدور الدجاج في طبق زجاجي مقاوم لحرارة الفرن أو في صينية خبز. تصب القشدة الرائبة فوق الدجاج وتخبز في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت أو ١٨٠ درجة مئوية لمدة ٢٠ إلى ٢٥ دقيقة. يقدم الدجاج مع البطاطا أو النودلز.

البطاطا المحشوة

٣ رؤوس متوسطة من البطاطا، ٣ بصلات خضراء

ملعقة طعام من الزبدة المذوبة

٣ ملاعق طعام من القشدة الطازجة

جبنة موزاريلا، ملح وفلفل أبيض وجوزة الطيب

ملعقتا طعام من الزيت.

التحضير

يدهن سطح البطاطا بالزيت ويغزر كل رأس بطاطا بالشوكة في بعض الأماكن. تخبز البطاطا في المايكروويف حتى تنضج. يقسم كل رأس بطاطا إلى نصفين ويغرف اللب لخلطه مع الزبدة والقشدة والملح والفلفل والبصل الأخضر. تحشى قشور البطاطا الفارغة بهذه الحشوة وترش فوقها جبنة البارميسان قبل التقديم.

كبة وزيرية

كيلوغرام من الباذنجان المتوسط الحجم المقطع إلى شرائح

كيلوغرام من البندورة (الطماطم) الحمراء الناضجة المقطعة إلى شرائح

وصفة كبة

كوبان من صلصة البندورة (الطماطم).

التحضير

يقطع الباذنجان إلى شرائح وتنقع في الملح والماء لمدة نصف ساعة.
ترفع شرائح الباذنجان من الماء وتجفف فوق محارم المطبخ، ثم تقلى في الزيت النباتي وتوضع جانباً. تحضر أقراص كبة صغيرة محشوة وتقلى في الزيت أو تشوى في الفرن.
يقطع كيلوغرام من البندورة الحمراء والناضجة إلى شرائح.
توضع طبقة من الباذنجان المقلي في قعر طبق زجاجي مقاوم لحرارة الفرن، وترصف فوقها طبقة من الكبة، ومن ثم طبقة من شرائح البندورة.
تكرر هذه العملية مرة أخرى.
توضع صلصة البندورة فوق شرائح البندورة ويخبز الطبق الزجاجي في الفرن لمدة ٣٥ أو ٤٠ دقيقة حتى تمتزج النكهات مع بعضها ويصبح أعلى شرائح البندورة محمصاً قليلاً. يقدم هذا الطبق مع السلطة الخضراء.

وصفة الكبة

كيلوغرام من اللحم الهبر المدقوق

٤ اكواب من البرغل الابيض الناعم والمغسول

كوب من السميد، ماء لدعك الكبة

ملعقة طعام من الملح

الحشوة

نصف كيلوغرام من اللحم المفروم نصف المدهن

ملعقة صغيرة من الملح

ملعقة صغيرة من البهار

نصف ملعقة من القرفة

نصف ملعقة من الفلفل الاسود

ملعقتا طعام من السمن الحيواني أو النباتي

٤ بصلات مفرومة ناعماً

نصف كوب من الصنوبر.

تقلى المحتويات جميعها ثم يضاف اليها الصنوبر. ويترك المزيج جانباً ليبرد تماماً ثم يستعمل في حشو الكبة. يدعك البرغل مع اللحم والبصل والسميد والملح حتى الحصول على عجين كثيف ومتماسك. تقسم الكبة الى قطع صغيرة بحجم قطع البسكويت تحشى وتسطح قليلاً وتقلى في الزيت او تشوى في الفرن.

ميل فوي بالشوكولا

علبة من العجينة الجاهزة PUFF PASTRY

وصفة قشدة Crème Patissiere

نصف ملعقة صغيرة من برش برتقالة

مسحوق الكاكاو

١٠٠ غ من الشوكولا نصف المحلاة

برتقالة واحدة مقطعة.

التحضير

تفتح العجينة الجاهزة فوق سطح مكسو بالقليل من الدقيق للحصول على مستطيل سماكته ١،٥ أو ٢ سم. ترتب حواف المستطيل بواسطة السكين. يدهن قعر صينية غير لاصقة بالماء، وتوضع فيها رقاقة العجينة الجاهزة. تثقب العجينة بواسطة الشوكة لتفادي انتفاخها.

توضع صينية أخرى مسطحة فوق هذه العجينة للضغط عليها، ثم تخبز في فرن حرارته ٣٧٥ درجة فهرنهايت حتى يصبح قعرها ورديا ذهبياً.

تخرج الصينية العلوية، أي تلك المستخدمة للضغط على العجينة، وتقلب العجينة بعناية على الوجه الآخر ثم توضع في الصينية مجدداً وتغطى بالصينية الأخرى. تخبز العجينة لمدة ١٠ إلى ١٥ دقيقة إضافية، ثم تخرج الصينية ويرش السكر فوق كل سطح العجينة. يتابع بعدها الخبز حتى يذوب كل السكر ويتحول إلى كاراميل وتصبح العجينة مخبوزة بالكامل.

تترك العجينة المخبوزة جانباً حتى تبرد تماماً.

تحضر قشدة Crème Patissiere وتقسم قسمين.

يوضع ١٠٠ غ من الشوكولا في النصف الأول من القشدة فيما لا تزال ساخنة لكي تذوب الشوكولا ويتم الحصول على قشدة بالشوكولا. يترك القسم الآخر أبيض اللون ويمزج ببرش البرتقال.

تقسم العجينة المخبوزة ثلاثة مربعات أو مستطيلات متساوية باستعمال سكين حادة.

توضع طبقة من العجينة المخبوزة، وتبسط فوقها طبقة من القشدة بالشوكولا باستعمال كيس الحلويات. توضع من ثم الطبقة الثانية من العجينة المخبوزة، ويضغط عليها برفق حتى تلتصق الطبقتان ببعضهما. توضع طبقة ثانية من القشدة بالشوكولا وتغطى برقاقة من العجينة المخبوزة. توضع طبقة ثالثة من القشدة، وإنما بيضاء اللون هذه المرة، ويضغط عليها بالرقاقة الثالثة من العجينة المخبوزة. يرش مسحوق الكاكاو فوق نصف العجينة وتوضع قطعة زخرفية من العجينة المرشوشة بمسحوق الكاكاو فوق النصف الآخر. ترصف شرائح البرتقال ويقدم الجاتوه في يوم التحضير نفسه للحفاظ على طراوته.

ملاحظة: يتم إعداد العجينة الزخرفية فوق الجاتوه باستعمال عجلة الحلويات التي تقطع العجينة الجاهزة إلى أقسام صغيرة. يجري من ثم دهن هذه الأقسام بصفار البيض وخبزها في الفرن.

يعزى اللون البني في البرتقال إلى مشعل مستعمل لحرق الفاكهة بهدف الزينة.

قشدة Crème Patissiere

كوبان من الحليب

ربع كوب من السكر وملعقة طعام من السكر

ربع كوب من دقيق الذرة وملعقة صغيرة من دقيق الذرة

صفار ٣ أو ٤ بيضات

فانيلا، ملعقة طعام من برش البرتقال

نصف ملعقة طعام من الزبدة.

التحضير

يسخن الحليب في قدر فوق النار حتى الغليان، ثم يترك جانباً حتى يفتر. يخلط السكر مع دقيق الذرة والبيض في وعاء آخر. يستعمل الحليب الفاتر لتذويب المزيج السابق، ثم يعاد كل المزيج إلى القدر ويطهى شرط تحريكه بملعقة خشبية حتى الحصول على صلصة متوسطة الكثافة.

تضاف الزبدة إلى قشدة Crème Patissiere وتخلطان معاً.

يضاف ١٠٠ غ من الشوكولا شبه الحلوة إلى نصف كمية قشدة Crème Patissiere وتغطى القشدة بالشوكولا بورق النايلون اللاصق حتى تبرد تماماً. تترك القشدة جانباً حتى موعد الاستعمال. أما القشدة البيضاء فتغطى أيضاً بورق النايلون اللاصق حتى تبرد تماماً إلى حين موعد الاستعمال.

ملاحظة: إذا كانت القشدة كثيفة جداً، يمكن استعمال القليل من الحليب لجعل القشدة أكثر ليونة.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

الدجاج المسخن (طبق أردني)

دجاجة متوسطة (٤ قطع) مغسولة ومجففة بمحارم المطبخ

كيلوغرام من البصل المقشر والمقطع إلى شرائح رقيقة

كوب ونصف الكوب من الزيت أو السمن والزيت النباتي

نصف كوب من السماق ونصف ملعقة صغيرة من الملح

رغيفان من خبز التنور.

التحضير

يسخن الزيت وتقلى فيه قطع الدجاج حتى تصبح وردية اللون.

تضاف شرائح البصل إلى الدجاج المقلي ويتابع القلي فوق نار خفيفة إلى أن ينضج البصل ويصبح بلون الكاراميل. في غضون ذلك، يفترض أن ينضج الدجاج.

يوضع السماق في وعاء، وتضاف إليه نصف ملعقة صغيرة من الملح.

يقطع كل رغيف خبز إلى نصفين.

تحشى كل قطعة خبز بالبصل المقلي والزيت. ترش فوقها ملعقة طعام من السماق.

توضع قطعة من الدجاج فوق البصل، ثم ينثر فوقها المزيد من البصل والسماق.

تغطى قطع الدجاج الخبز وتمسح بالزيت ثم تخبز في فرن حرارته ٣٠٠ درجة فهرنهايت حتى تسخن ويمتص الخبز كل الزيت.

تقدم قطع الخبز ساخنة مع السلطة الطازجة.

«عرائس عمان»

تحضر ٦ مثلثات من الخبز، ويوضع كل مثلثين مع بعضهما. تحشى قطع الخبز بمزيج البصل والسماق كما ذكرنا سابقاً، ثم يوضع لحم الدجاج الخالي من العظام والمفتت بواسطة اليد.

يطوى جانب واحد من الخبز وتسخن قطع الخبز في الفرن بالطريقة نفسها.

يسهل تناول قطع الخبز هذه بالشوكة والسكين وهي أكثر ملاءمة للدعوات.

بابيلا

مكونات الصلصة

ربع كوب من زيت الزيتون

بصلتان متوسطتان مفرومتان

٤ فصوص ثوم مهروسة

٤ رؤوس بندورة (طماطم) مقشرة ومفرومة

جزرتان مقطعتان إلى مكعبات صغيرة

٣ أكواب من مرقة السمك وملح وفلفل.

تحضير الصلصة

يسخن زيت الزيتون في مقلاة، ويقلى فيه البصل حتى يتغير لونه. يضاف الثوم المهروس، ومن ثم البندورة المفرومة، وملعقة صغيرة من معجون الفلفل، ومكعبات الجزر وثلاثة أكواب من مرقة السمك. يطهى الكل معاً إلى أن تنضج كل الخضار للحصول على صلصة لذيذة. يوضع هذا المزيج في الخلاطة ويهرس للحصول على صلصة ناعمة. يضاف الملح حسب الحاجة وتوضع الصلصة جانباً.

مكونات الأرز

نصف كيلوغرام من قطع لحم الدجاج

نصف كيلوغرام من شرائح السمك (فيلية)

٢٥٠غ من القريدس المتوسط الحجم

٢٥٠غ من الكالاماري

١٥٠غ من المحار

٢٥٠غ من القريدس العملاق المسلوق وغير المقشر (للزينة)

١٥٠غ من المحار العملاق المسلوق والمحتفظ بقشره

كوبان من الأرز الطويل الحبة أو الأرز الاسباني

٤ أكواب من مرقة القريدس أو الدجاج

رأس ونصف رأس من الفلفل الأخضر المفروم

نصف رأس من رأس الفلفل الأحمر المفروم

بصلة متوسطة مفرومة ناعماً

ثلاثة أرباع الكوب من زيت الزيتون للقلي

٨ فصوص ثوم مفرومة

ملعقة صغيرة من مسحوق الزعفران

رشتان من خيوط الزعفران

٣ رؤوس بندورة مقشرة ومقطعة إلى مكعبات صغيرة

ملح حسب الحاجة.

تحضير الأرز

يقلى البصل والثوم والفلفل الأخضر في زيت الزيتون. وفي منتصف عملية القلي، تضاف البندورة المفرومة، ويطهى الكل معاً لمدة ٣ دقائق، ثم يضاف لحم الدجاج ويطهى الكل لمدة ٥ دقائق حتى تتضاءل كمية السائل. تضاف شرائح السمك والكالاماري والمحار والقريدس. يضاف القليل من الملح، ويترك الكل فوق النار لمدة ١٠ إلى ١٥دقيقة. يضاف الزعفران والأرز المغسول والمصفى. تضاف نصف كمية مرقة السلق وتترك القدر فوق النار من دون غطاء. يترك محتواها يغلي مدة ٥ إلى ١٠ دقائق. تضاف من ثم بقية المرقة ويخلط المزيج ويتابع الطهو فوق نار خفيفة إلى أن يجري امتصاص الماء.

إذا بقي الأرز قاسياً، يمكن إضافة المزيد من المرقة. يترك محتوى القدر ليرتاح مدة ٥ دقائق.

تزين البابيلا المطهوة بقطع المحار والقريدس العملاقة وشرائح الليمون وتقدم.

ملاحظة: يجب طهو البابيلا في قدر خاصة غير مشتملة على غطاء. تطهى البابيلا بالتحريك الدائم وإضافة المزيد من المرقة إلى أن ينضج الأرز.

يمكن تزيين الطبق بالفلفل الأحمر المشوي والمقشر.

يجب إضافة الملح بعد تذوق البابيلا لأن المرقة تحتوي أصلاً على الملح.

سلطة الروكا ورزم الكريب

باقتان من الروكا، منظفتان ومغسولتان

وصفة كريب واحدة

وصفة الخل الحلو

٢٥٠غ من جبنة الماعز مع ربع ملعقة صغيرة من الأعشاب الريفية

ربع كوب من الزيتون الأسود المفروم ناعماً مع ربع كوب من القشدة الطازجة وملعقة صغيرة من البصل المفروم ناعماً.

تحضير الكريب

كوب من الدقيق (الطحين)

رشة ملح

٣ بيضات

كوب ونصف الكوب من الحليب

ملعقة طعام من الزيت النباتي

مقلاة كريب غير لاصقة.

التحضير

يخلط الدقيق مع الملح والبيض والحليب والزيت في خلاطة الجاتوه حتى الحصول على مزيج ناعم وسائل جداً. يحفظ المزيج في الثلاجة لمدة ٤ إلى ٥ ساعات أو طوال الليل.

تسخن مقلاة صغيرة غير لاصقة بصورة جيدة وتصب فيها ملعقة طعام من عجينة الكريب. تمسك المقلاة بمقبضها وتبسط العجينة لتمتد على كل حواف المقلاة. حين تصبح حواف الكريب وردية اللون، ترفع من المقلاة وتقلب على الجهة الأخرى وتطهى لمدة دقيقة إضافية، ثم ترفع تماماً من المقلاة. تكرر العملية نفسها مع بقية العجينة. ترصف قطع الكريب في طبق وتغطى بورق النايلون اللاصق وتحفظ جانباً للاستعمال.

حشوة الجبنة

تخلط الجبنة والأعشاب الريفية والزيتون والقشدة. تحشى قطع الكريب بهذه الحشوة وتربط كل قطعة في شكل حزمة باستعمال حزام من ورق الألمنيوم.

وصفة الخل الحلو Balsamic Vinegar

٣ ملاعق طعام من الخل الحلو Balsamic Vinegar
١/٤ الكوب من الزيت النباتي أو زيت الزيتون.
يخلط الزيت تدريجياً مع كمية الخل الحلو الى أن يصبح المزيج كثيفاً. يمكنك استعمال الخلاطة اليدوية لتحصلي على النتيجة المرجوة.

كرات الكفتة وصلصة البندورة

كيلوغرام من لحم الكفتة المخلوط مع البقدونس والبصل والملح

ملعقة طعام من معجون البندورة (الطماطم)

فصان أو ثلاثة فصوص مهروسة من الثوم

نصف ملعقة طعام من الكمون

ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر

ملعقة طعام من السبع بهارات

بيضة واحدة، نصف كوب من الكعك المطحون

زيت لقلي كرات الكفتة، كوبان من صلصة البندورة

٣ أو ٤ ملاعق طعام من الخل

ملعقة صغيرة من الخردل.

التحضير

يخلط اللحم في وعاء مع معجون البندورة والثوم والكمون والفلفل الأحمر والسبع بهارات والكعك المطحون والبيضة.

تحضر كرات بحجم حبات الجوز أو أكبر قليلاً وتقلى في الزيت النباتي.

تخلط صلصة البندورة مع الخل والخردل.

توضع كرات اللحم في الصلصة وتطهى لمدة ٧ أو ١٠ دقائق فوق نار متوسطة.

تقدم كرات الكفتة مع الأرز بالشعيرية.

قاورمة اللحم والبيض

نصف كيلوغرام من اللحم المفروم المتوسط نصف المدهن

رأسان متوسطان من البندورة (الطماطم) مقطعان إلى مكعبات صغيرة

٤ إلى ٥ بيضات

ملعقة صغيرة من السبع بهارات وربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود وملعقة صغيرة من الملح

ملعقتا طعام من السمن أو الزبدة

بصلة متوسطة مفرومة.

التحضير

تسخن السمن أو الزبدة في المقلاة أو طبق الفخار أو الطبق الزجاجي المقاوم للحرارة. يضاف البصل ويقلى حتى يصبح لونه شاحباً. يضاف اللحم والملح والتوابل ويخلط الكل معاً حتى تظهر فقاقيع صغيرة على سطح اللحم (إن وجود الكثير من الزيت يساعد على فعل ذلك). تضاف مكعبات البندورة إلى اللحم. تفتح فجوات في مزيج اللحم بواسطة الملعقة. يوضع البيض في هذه الفجوات ويدخل الطبق الزجاجي إلى الفرن حتى يجمد البيض. كما يمكن وضع الطبق فوق نار خفيفة حتى يجمد البيض.

يقدم الطبق ساخناً مع الخبز العربي والبصل.

سلطة الفاكهة بالشمام

رأس شمام واحد صغير الحجم

دراقتان، مقشرتان حسب الرغبة

٦ حبات مشمش مقطعة إلى نصفين

باقة صغيرة من العنب الخالي من البذور أو الكرز الأسود

ملعقتا طعام من السكر الناعم

عصير برتقالة واحدة

عصير نصف ليمونة

شرائح رقيقة من برش الليمون للزينة.

التحضير

يقطع رأس الشمام مثل كوب إلى نصفين وتنزع منه البذور. يغرف اللب في شكل كرات صغيرة وتوضع هذه الكرات في وعاء. يحفظ رأس الشمام الخالي من اللب في الثلاجة. يقطع الدراق والمشمش إلى شرائح رقيقة أو مكعبات، وتضاف إلى الوعاء مع العنب وكرات الشمام. يسكب فوقها عصير البرتقال وعصير الليمون، ويحرك الكل جيداً. يسكب مزيج الفاكهة في أكواب الشمام الفارغة ويزين ببرش الليمون. تقدم سلطة الفاكهة فوراً أو تحفظ في الثلاجة لمدة ٣٠ دقيقة قبل التقديم.

ملاحظة: يمكن إضافة الفريز (الفراولة) والتين والمانغا إلى الفاكهة أو استبدالها بالأنواع المذكورة آنفاً.
يمكن وضع القشدة الخفيفة بدل عصير البرتقال والليمون.

جاتوه بعيدان المرانغ الأبيض

مكونات الجاتوه

بياض ٥ بيضات وربع كوب من السكر

صفار ٥ بيضات ونصف كوب من السكر

ثلاثة أرباع الكوب من الدقيق (الطحين)

رشة فانيلا

قالب جاتوه.

التحضير

يخفق بياض البيض حتى يصبح أبيض اللون ويضاف إليه السكر تدريجياً للحصول على مرانغ كثيف.

يخفق صفار البيض مع نصف كوب من السكر حتى يصبح لونه شاحباً. يضاف الدقيق والفانيلا، ويتابع الخفق. يضاف مرانغ بياض البيض إلى هذا المزيج للحصول على كتلة دبقة، شرط استعمال الملعقة أو المبسط لخلط هذا المزيج. يبسط المزيج في صينية مستطيلة مسطحة مكسوة بورق البرشمان، ويخبز الجاتوه لمدة ١٥ إلى ١٧ دقيقة في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت أو غاز رقم ٤. يخرج الجاتوه من الفرن ويترك حتى يبرد، ثم تستعمل قطاعة البسكويت أو فنجان شاي لتقطيع دوائر من الجاتوه.

تحضير القشدة الطازجة

كوب من القشدة النباتية الطازجة

كوب من القشدة الحيوانية

رشة فانيلا

تخفق القشدة النباتية حتى تصبح خفيفة. تضاف إليها القشدة الحيوانية والفانيلا ويتابع الخفق للحصول على قشدة جامدة.

المرانغ

بياض ٤ بيضات في حرارة الغرفة

نصف كوب من السكر

نصف كوب من السكر الناعم ، رشة فانيلا.

تحضير المرانغ

يسخن الفرن إلى حرارة ٢٧٥ درجة فهرنهايت.

تغطى صينية الخبز بورق البرشمان.

يخفق بياض البيض في وعاء متوسط الحجم حتى يصبح كثير الرغوة. يضاف إليه السكر، بمعدل ملعقة طعام كل مرة، ويتابع الخفق حتى يصبح المزيج خفيفاً ولامعاً. يجب عدم الإفراط في الخفق. يضاف السكر الناعم ويخلط الكل بعناية. يوضع المرانغ في كيس حلويات مشتمل على رأس دائري وتسكب خطوط رفيعة في الصينية، على أن تبعد عن بعضها مسافة ٣ سم.

تخبز عيدان المرانغ لمدة نصف ساعة، ثم يطفأ الفرن وتترك عيدان المرانغ في الفرن المغلق الباب لمدة ساعتين. يترك المرانغ ليبرد ويصبح في حرارة الغرفة.

لجمع الجاتوه

ترصف قطع الجاتوه في صينية، وتوضع القشدة المخفوقة في كيس حلويات مشتمل على رأس عريض لتسكب من ثم فوق كل قطعة جاتوه. كما يمكن استعمال الملعقة لهذه الغاية. تزين قطع الجاتوه بعيدان المرانغ ويرش مسحوق الكاكاو فوقها.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

حساء الروكا

باقتان من الروكا، منظفتان ومغسولتان

بصلة متوسطة مفرومة وملعقتا طعام من الزبدة

ملعقة طعام من الدقيق

ربع كوب من القشدة الطازجة

١٠٠غ من جبنة الماعز

صلصة بيضاء

٤ أكواب من مرقة الدجاج.

التحضير

تسخن الزبدة مع الدقيق للحصول على مزيج.
تسخن ملعقة طعام من الزبدة ويقلى فيها البصل حتى يصبح شاحب اللون. تضاف أوراق الروكا المفرومة وتقلى لمدة دقيقة أو دقيقتين، ثم تضاف مرقة الدجاج ويطهى الكل لمدة ٧ إلى ١٠ دقائق. يوضع محتوى القدر في خلاطة الطعام وتهرس الروكا. يضاف مزيج الدقيق وملعقة الزبدة ويخلط الكل بواسطة ملعقة خشبية أو مخفقة للحصول على مزيج كثيف قليلاً. تضاف القشدة الطازجة والفلفل الأبيض ويخلط الكل معاً. يقدم الحساء مع قطعة من جبنة الماعز في وسط كل طبق.

أومليت بالخضار

رأس بطاطا كبير، مسلوق ومقشر ومبشور على نحو خشن

رأس فلفل أخضر متوسط مقطع إلى مكعبات صغيرة

رأس فلفل أحمر متوسط مقطع إلى مكعبات صغيرة

بصلة متوسطة مفرومة

رأسان من البصل الأخضر مفرومان

ملعقة صغيرة من الملح

ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض

٦ أو ٧ بيضات مخفوقة

رأسان متوسطان من البندورة (الطماطم) مفرومان بعد إزالة العصير والبذور منهما

٤ ملاعق طعام من الزيت النباتي أو الزبدة.

التحضير

يسخن الزيت أو الزبدة في مقلاة غير لاصقة قطرها ٢٢ سم. يوضع البيض في وعاء، وتضاف إليه البطاطا والبندورة (الطماطم) والبصل والفلفل الأحمر والأخضر والملح والفلفل. يخلط الكل معاً وينقل المزيج إلى المقلاة الساخنة. تغطى المقلاة وتطهى الأومليت فوق نار متوسطة لمدة دقيقتين أو ثلاث دقائق، ثم تخفف النار لمدة ١٠ الى ١٥ دقيقة إلى أن تنضج الأومليت وتظهر قشرة وردية ذهبية عليها. تقلب الأومليت ببطء فوق طبق التقديم ثم تنقل إلى المقلاة لتقلى من الجهة الأخرى.

تغطى المقلاة وتطهى الأومليت مغطاة لمدة ١٠ إلى ١٥ دقيقة. يرفع الغطاء عن المقلاة، وتوضع الأومليت في طبق التقديم وتقطع إلى شرائح وتقدم مع السلطة الطازجة.

سلطة الروكا والبطاطا

باقتان من الروكا منظفتان ومغسولتان

رأسان كبيران من البطاطا مغسولان ومسلوقان ومقشران ومقطعان إلى مكعبات

٤ إلى ٥ ملاعق طعام من المايونيز وملعقة صغيرة من خردل ديجون

ملعقة طعام من القشدة الطازجة

٣ بيضات مسلوقة ومقشرة

فلفل أسود مطحون على نحو خشن

٦ إلى ٨ حبات قريدس مسلوقة ومقشرة.

التحضير

تخلط البطاطا مع المايونيز والخردل والقشدة.

ترصف أوراق الروكا في طبق سلطة مسطح. يوضع مزيج البطاطا وسط أوراق الروكا. يرش الكثير من الفلفل المطحون فوق السلطة. تزين السلطة بشرائح البيض والقريدس والبندورة (الطماطم) الصغيرة.

سمك البوري الأحمر مع الشرمولة والليمون المخلل (طبق مغربي)

٢ أو ٣ ملاعق طعام من زيت الزيتون لدهن السمك

بصلة مفرومة، جزرة مفرومة

نصف ليمونة مخللة مفرومة ناعماً

٤رؤوس بندورة (طماطم) ناضجة مقشرة ومفرومة

كوبان ونصف الكوب من مرقة السمك أو الماء

٣ أو ٤ رؤوس بطاطا مقشرة ومقطعة إلى مكعبات

٤ أسماك صغيرة من البوري الأحمر أو سمك النهاش مقطعة إلى شرائح

نصف كوب من الزيتون الأسود المنزوع النوى والمشطور إلى نصفين

باقة صغيرة من الكزبرة الطازجة المفرومة

ملح وفلفل أسود مطحون.

الشرمولة

باقة صغيرة من الكزبرة مفرومة ناعماً

٢ أو ٣ فصوص ثوم مفرومة

ملعقة أو ملعقتان صغيرتان من الكمون المطحون

حفنة من خيوط الزعفران

٤ ملاعق طعام من زيت الزيتون

عصير ليمونة واحدة

رأس فلفل أحمر حريف، منزوع البذور ومفروم

ملعقة صغيرة من الملح.

التحضير

لإعداد الشرمولة، تخلط المكونات مع بعضها في خلاطة الطعام الكهربائية، ثم تترك جانباً.

يسخن زيت الزيتون في قدر، ويضاف إليه البصل والجزر. يطهيان حتى ينضجان ولكن من دون الاحمرار. تضاف قطع الليمون مع ملعقتيّ طعام من الشرمولة والبندورة (الطماطم) والماء إلى القدر. توضع القدر فوق النار حتى الغليان، ثم تخفف النار وتغطى القدر ويترك محتواها يغلي برفق لمدة ٣٠ دقيقة تقريباً. تضاف البطاطا وتطهى لمدة ١٠ دقائق إضافية إلى أن تصبح طرية. يحمى المصبّع أو المشواة على أعلى درجة، وتدهن صينية الخبز أو المصبع بالزيت. تدهن شرائح السمك بزيت الزيتون والقليل من الشرمولة، ويضاف إليها الملح والفلفل. توضع بعدها شرائح السمك على المصبع بحيث تكون جهة الجلد على المصبع أو الصينية. تشوى الشرائح لمدة ٥ أو ٦ دقائق. في غضون ذلك، يضاف الزيتون وبقية الشرمولة والليمون المخلل إلى الصلصة، وتضاف التوابل حسب الذوق. تقدم شرائح السمك في أطباق مع الصلصة فوقها، ويرش فوقها الكثير من الكزبرة والنعناع.

إعداد الليمون المخلل

يعرف الليمون المخلل باسم الحامض المرقد في المغرب، علماً أن النكهة القوية لليمون المخلل تمنح طعماً لذيذاً للعديد من الأطباق المغربية مثل الطاجن والسلطات.

٦ ليمونات

٥ ملاعق طعام من الملح.

التحضير

يغسل الليمون ويجفف. يتم الاحتفاظ بليمونتين جانباً. تقطع شريحة رقيقة من أعلى وأسفل كل ليمونة من الليمونات الباقية.

تثبت الليمونة على طرف، ويفتح فيها شق عمودي أو اثنان على مسافة ثلاثة أرباع الفاكهة، شرط التأكد من استمرار التصاق النصفين ببعضهما. تحشى الليمونة بالكثير من الملح وتكرر العملية نفسها مع الليمونات الباقية. توضع الليمونات في وعاء زجاجي بحيث تسحق بعضها البعض.

تترك الليمونات لمدة ثلاثة أو أربعة أيام حتى تصبح القشرة طرية، ثم تضغط جيداً.

تعصر الليمونتان المحتفظ بهما جانباً، وتصب كمية كافية من العصير في الوعاء الزجاجي لتغطية الليمون المملح تماماً.

يحفظ الليمون في الوعاء لمدة شهر على الأقل قبل استعماله. يكفي نزع الملح عن الليمون واستعمال الليمون حسب الوصفة.

كوردون بلو الدجاج

كيلوغرام من لحم صدور وأفخاذ الدجاج (مطحون في خلاطة الطعام الكهربائية)

ملعقة صغيرة من توابل الدجاج + ملح + ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض

٢٠٠ غ من جبنة الغرويار

٢٠٠غ من شرائح لحم الحبش المعلب أو الدجاج المعلب

دقيق + بيض + فتات خبز

زيت لقلي قطع الدجاج.

التحضير:

تستعمل مطحنة اللحم أو خلاطة الطعام الكهربائية لفرم لحم الدجاج وجعله شبيهاً بلحم الكبة. يضاف الملح والفلفل وتوابل الدجاج إلى اللحم المفروم.

يحوّل اللحم المفروم إلى كرات لتحشى بالجبنة المتنوعة، شرط وضع شريحة من جبنة الغرويار وشريحة من لحم الحبش المعلب داخل كل قطعة.

تغلق كرة اللحم وتربّت لتصبح شبيهة بشريحة الهامبرغر. تغمس شرائح الدجاج في الدقيق، ومن ثم في البيض المخفوق بالملح، وبعدها في فتات الخبز. يسخن الزيت قليلاً وتقلى فيه شرائح الدجاج جيداً حتى تصبح ذهبية اللون.

تقدّم شرائح الدجاج مع البطاطا المقلية والسلطة.

الدجاج مع البرتقال (طبق مغربي)

٦ صدور دجاج مملحة ومبهّرة قليلاً بالفلفل الأبيض ومشقوقة بواسطة سكين

ملعقتا طعام من الزبدة وملعقتا طعام من الزيت النباتي

٦ حبات برتقال صغيرة الحجم كل منها مشطور إلى نصفين

برتقالة واحدة مقطعة إلى شرائح

ربع كوب من عصير البرتقال

ربع كوب من الخل

ملعقة طعام من دقيق الذرة وربع كوب من الماء

قشرة برتقالة مقطعة إلى شرائح طويلة ورفيعة ومسلوقة ثم مصفاة وموضوعة جانباً

كوبان من مرق الدجاج.

التحضير

يسخن الزيت والزبدة في قدر وتضاف إليهما صدور الدجاج. تقلى الصدور حتى يصبح لونها ورديا قليلاً. يتم الاحتفاظ بالزيت نفسه وتقلى فيه حبات البرتقال الصغيرة.

تحضير الصلصة

ربع كوب من الخل وربع كوب من عصير البرتقال مطهوان معاً في قدر للحصول في النهاية على ربع كوب من الخليط. يسخن كوبان من مرقة الدجاج، ويضاف المزيج أعلاه إلى الصلصة، فضلاً عن شرائح البرتقال الرفيعة. تذوب ملعقة طعام من دقيق الذرة مع ربع كوب من الماء وتضاف إلى الصلصة لجعلها أكثر كثافة.

توضع صدور الدجاج في الصلصة وتطهى لمدة ٧ إلى ١٠ دقائق فوق نار متوسطة. ترفع القدر عن النار، وتخرج قطع اللحم من القدر وترصف في طبق التقديم. يزين الطبق بشرائح البرتقال وحبات البرتقال الصغيرة المشطورة والصلصة. يقدم الطبق مع البطاطا.

ملاحظة: ان حبات البرتقال الصغيرة هي بمثابة نوع من الحمضيات بحجم حبات الجوز وبنكهة خليط من الليمون الافندي والبرتقال والابوصفير.

تورتة البندق والشوكولا

عجينة التورتة

كوبان من الدقيق (الطحين)

١٠٠ إلى ١٢٥ غ من الزبدة الطرية في حرارة الغرفة

صفار بيضة واحدة

ثلاثة أرباع الكوب من السكر الناعم

فانيلا.

الحشوة

ربع كوب من القطر الكثيف

نصف كيلوغرام من البندق المحمص

٢٠٠غ من الشوكولا شبه الحلوة والمقطعة

ثلاثة أرباع الكوب من القشدة الطازجة

ملعقتا طعام من الزبدة في حرارة الغرفة.

التحضير

يخلط الدقيق والزبدة في خلاطة الطعام للحصول على قوام كثير الكتل. يضاف من ثم صفار البيض والسكر الناعم والفانيلا ويخلط الكل للحصول على عجينة متماسكة في زاوية واحدة من وعاء الخلاطة.

تلف العجينة وتحفظ في الثلاجة لمدة ساعة.

يرش الدقيق على فوطة مطبخ أو ورقة نايلون، وترق العجينة إلى دائرة كبيرة أو مستطيل سماكته سنتيمتر أو سنتيمتر ونصف سنتيمتر. تقطع دوائر من هذه العجينة الكبيرة، على أن تكون كل دائرة ٣ سم أكبر من قوالب التورتة.

ترفع دوائر العجين بعناية وتوضع في قوالب التورتة. يضغط جيداً على حافة كل دائرة وجوانبها، ثم يثقب أسفل العجينة بواسطة شوكة وتعاد قوالب التورتات إلى قسم التجليد من الثلاجة لمدة نصف ساعة إلى ساعة.

تخبز قوالب التورتات في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت إلى أن تصبح وردية اللون.

في غضون ذلك، يخلط البندق المحمص مع ربع كوب من القطر السميك جداً بحيث يتغلف البندق بالقطر. تؤخذ ملعقة طعام أو ملعقة ونصف ملعقة من هذا البندق وتوضع في كل تورتة.

تحضير صلصة الشوكولا

تسخن القشدة في قدر صغيرة ثم ترفع القدر عن النار. تضاف الشوكولا المفرومة إلى القشدة الساخنة وتترك حتى تذوب تماماً وتختلط مع القشدة. تضاف ملعقتا طعام من الزبدة إلى هذا المزيج ويخلط الكل معاً للحصول على صلصة لامعة. تسكب ملعقتا طعام من هذه الصلصة فوق كل تورتة لتغليف البندق وتترك حتى تجمد.

الدجاج الأندونيسي مع الأرز الأصفر وجوز الهند

دجاجتان صغيرتان أو ٦ قطع دجاج

رأس ثوم (٨ إلى ١٠ فصوص) مبشور

بصلة متوسطة مبشورة، علبة من حليب جوز الهند

ملعقة طعام من الزنجبيل الطازج المبشور

ملعقة صغيرة من العقدة الصفراء

ملعقة صغيرة من مسحوق الكاري

ملعقة طعام من معجون الفلفل الأحمر

ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود

نصف ملعقة صغيرة من الكمون

ربع ملعقة صغيرة من القرفة

ربع ملعقة صغيرة من جوزة الطيب

برش ليمونة واحدة، ٣ ملاعق طعام من الزيت

كوبان من الأرز البسماتي المطهو

بضعة خيوط من الزعفران

كوبان من الماء، جوز الهند وبقدونس مفروم للزينة.

التحضير

يسلق الدجاج نصف سلق ويحفظ جانباً في وعاء مغطى.

يخلط البصل مع الثوم والزنجبيل والعقدة الصفراء ومسحوق الكاري ومعجون الفلفل والفلفل الأسود والكمون والقرفة وجوزة الطيب. يخلط الكل معاً للحصول على معجون كثيف.

يسخن الزيت في مقلاة غير لاصقة ويقلى فيه هذا المعجون. يضاف برش الليمون وحليب جوز الهند. يضاف كوبان أو كوبان ونصف الكوب من الماء إلى المزيج السابق، وتعاد إليه قطع الدجاج. يطهى الكل فوق نار متوسطة حتى ينضج اللحم وتصبح الصلصة كثيفة. يقدم الطبق مع الأرز البسماتي الأصفر وجوز الهند والمزيد من البقدونس المفروم.

الأرز البسماتي الأصفر وجوز الهند

كوبان من الأرز البسماتي المغسول والمصفى

كوبان وربع الكوب من الماء

خيوط زعفران

ربع ملعقة صغيرة من العقدة الصفراء

نصف كوب من جوز الهند

ملعقة صغيرة من الملح.

التحضير

يوضع الأرز مع الماء في قدر فوق النار. تخفف النار وتغلق القدر ويترك الأرز لمدة ١٠ إلى ١٢ دقيقة.

يرفع الغطاء عن القدر وتضاف العقدة الصفراء وخيوط الزعفران ويعاد الغطاء مجدداً إلى القدر. يترك محتوى القدر لمدة ١٠ دقائق حتى يرتاح من دون فتح الغطاء. يرفع الغطاء عن القدر بعد ذلك، ويضاف الملح وجوز الهند. يحرك الأرز بواسطة الشوكة ويقدم مع الدجاج أو أي طبق شرق آسيوي.

موس السلمون المدخن

٣٥٠غ من السلمون المدخن

ملعقتا طعام من الجيلاتين المذوب في ربع كوب من المياه الفاترة (يترك الجيلاتين جانباً حتى يبرد)

ملعقة طعام من الشبث الطازج المفروم

بصلة صغيرة جداً مبشورة

ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض

ثلاثة أرباع الكوب من القشدة الطازجة

نصف ملعقة صغيرة من برش الليمون

ملعقتا طعام من عصير الليمون.

التحضير

يدهن قالب السمك بالزيت النباتي.
يفرم لحم السلمون في خلاطة الطعام حتى يتحول إلى هريسة. يضاف البصل والفلفل والقشدة الطازجة وعصير الليمون وبرش الليمون، ويتابع الخلط.
ثم يضاف الشبث والجيلاتين.
يصب المزيج في قالب السمك ويحفظ في قسم التجليد من الثلاجة لمدة ساعة أو ساعتين، ثم يوضع مزيج السمك في الثلاجة شرط تغطيته بورق النايلون إلى حين موعد التقديم. بعدها يقلب المزيج في طبق ويزين بشرائح الليمون والخبز المحمص.

قريدس بالصلصة الحمراء

كيلوغرام أو كيلوغرام ونصف كيلو من القريدس العملاق المنظف، المسلوق والمقشر

بصلتان متوسطتان مفرومتان،

٤ فصوص ثوم مهروسة

ملعقتا طعام من الزبدة وملعقة طعام من الزيت لقلي القريدس، ملح وفلفل

٣ إلى ٤ رؤوس بندورة (طماطم) مقشرة ومفرومة

ملعقة طعام من معجون البندورة (الطماطم)

ملعقة طعام من معجون الفلفل

رأسان من الفلفل الأحمر الحريف مفرومان

رأس من الفلفل الأحمر الحلو مفروم

كوب أو كوبان من مرقة القريدس.

التحضير

يغلى الماء مع باقة من المطيبات (عود كرفس، جزرة، بصلة مقطعة إلى أربعة، رأس كراث، ٥ إلى ٧ حبات من البهار الحلو، ليمونة واحدة مقطعة إلى أربعة، ورقة غار، حبتان أو ثلاث من حب الهال). يوضع القريدس في الماء المغلي، وحين يصبح وردي اللون، يرفع بسرعة من الماء ويترك جانباً. يجب عدم الإفراط في سلق القريدس. يقشر القريدس وينظف من أكياس الرمل ثم يشطف بالمياه الباردة. توضع الزبدة والزيت في قدر فوق النار. يقلى القريدس فيها لبضعة ثوان ثم يحفظ في وعاء مغطى لكي يبقى ساخناً. يحتفظ بالزيت ويقلى فيه الثوم والبصل. تضاف من ثم البندورة والفلفل الحلو والفلفل الحريف ومعجون البندورة ومعجون الفلفل. يضاف الملح والفلفل الأسود وكذلك مرقة القريدس. (يمكنك إذا شئت استعمال مرقة الدجاج بدل ذلك). يجب الحصول على صلصة متوسطة الكثافة. تسخن هذه الصلصة ويعاد إليها القريدس. يخلط المزيج جيداً ويقدم مع الأرز المسلوق.

ملاحظة: هذه الوجبة لذيذة إذا كانت ساخنة. يمكن إضافة المزيد من الفلفل الحريف.

حساء الجزر والكزبرة

٥ إلى ٦ أكواب من مرقة اللحم أو ملعقتا طعام من مسحوق المرقة مع ٥ أكواب من الماء للحصول على مرقة الخضار

٢ أو ٣ جزرات مقطعة إلى شرائح

ملعقة أو ملعقتا طعام من دقيق الذرة (النشاء)

نصف كوب من عصير البرتقال

نصف ملعقة صغيرة من الكزبرة اليابسة

نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض

ملعقة طعام من عصير الليمون

ملعقة صغيرة من مسحوق الكمون

ملعقة طعام من الكزبرة الطازجة.

التحضير

تسخن ٥ أكواب من مرقة اللحم أو مرقة الخضار في قدر. تضاف إليها شرائح الجزر وعصير البرتقال والكزبرة اليابسة والفلفل الأبيض وعصير الليمون والكمون. يطهى الكل معاً فوق نار متوسطة حتى ينضج الجزر.
تذوب ملعقة أو ملعقتا طعام من دقيق الذرة مع ربع كوب من المرقة وتضاف إلى الحساء. يغلى الحساء حتى يصبح كثيفاً.
تضاف ملعقة طعام من الكزبرة الطازجة المفرومة ناعماً جداً إلى الحساء ويقدم الحساء ساخناً.
يضاف الملح عند الحاجة فقط.

فاصوليا بالدجاج والنقانق

كوبان من الفاصوليا البيضاء المغسولة والمنقوعة طوال الليل في الماء الفاتر مع ملعقة صغيرة من بيكربونات الصودا

نصف كيلوغرام من صدور وأفخاذ الدجاج، مقطعة إلى مكعبات

بصلة متوسطة مفرومة

ملعقتا طعام من معجون البندورة (الطماطم)

ملعقة طعام من الكمون

ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر

نصف ملعقة صغيرة من البهار الحلو

نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود، ملح

٢٠٠ أو ٣٠٠ غ من نقانق الدجاج أو الغنم أو البقر الجاهزة

ملعقتا طعام من السمن النباتي.

التحضير

تغسل الفاصوليا وتصفى في مصفاة.
يسخن السمن النباتي في قدر، ويضاف إليه البصل. يقلى البصل حتى يصبح لونه شاحباً. تضاف إليه مكعبات الدجاج والتوابل ومعجون البندورة ويتابع القلي إلى أن يتغير لون الدجاج.
تضاف الفاصوليا مع كمية كافية من الماء الساخن لغمر كل مكونات القدر. تطهى الفاصوليا في طنجرة الضغط لمدة ٧ إلى ١٠ دقائق أو في قدر عادية فوق نار متوسطة إلى أن تنضج الفاصوليا ولحم الدجاج. يفترض أن تكون الصلصة كثيرة في هذا الطبق، ولذلك يمكن إضافة المزيد من الماء أثناء الطهو إذا لم يكن الماء الموجود كافياً.
تضاف النقانق المقلية أو المسلوقة إلى الفاصوليا ويقدم الطبق مع الأرز.

بقلاوة بالجبن

علبة من العجينة الجاهزة 7rtsaP 1tuP

كوب من الزبدة المذوبة أو السمن والزيت المخلوطين معا

٢٥٠غ من جبنة العكاوي المقطعة إلى شرائح والمنقوعة في الماء

٢٥٠غ من الجبنة المجدولة المقطعة إلى شرائح والمنقوعة في الماء

وصفة من قطر السكر

فستق حلبي وزهر الليمون وقشطة للزينة.

التحضير

تفتح العجينة الجاهزة وتغطى بمنشفة مطبخ لتفادي جفافها. تنقع شرائح الجبنة في الماء ويغير الماء كل نصف ساعة للتأكد من عدم بقاء أي ملح. تحلى الجبنة ثم تصفى وتلف بمنشفة المطبخ حتى تجف.

تذوب الزبدة أو السمن وتستعمل لدهن كل طبقة من العجينة قبل بسطها في صينية أو طبق زجاجي مقاوم لحرارة الفرن. وبعد تكديس ١٠ أو ١٢ رقاقة عجين، تفتت الجبنة وتبسط فوق العجين.

تكرر العملية نفسها مع بقية رقاقات العجين.

يدهن السطح ببقية الزبدة وتقطع العجينة إلى مربعات صغيرة وتخبز في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت إلى أن يصبح سطحها وردي اللون وتنتفخ العجينة.

تخرج البقلاوة من الفرن ويصب فوقها قطر السكر البارد وتترك حتى تصبح فاترة.

تزين البقلاوة بالقشدة والفستق الحلبي وزهر الليمون وتقدم ساخنة.

قطر السكر

كوبان ونصف من السكر، كوب ونصف من الماء

ملعقة صغيرة من عصير الليمون.

يخلط السكر مع الماء في قدر، ويوضعان فوق نار قوية حتى الغليان. تخفف بعدها النار ويضاف عصير الليمون. يترك المزيج يغلي برفق لمدة ٨ دقائق. يصب القطر الساخن فوق البقلاوة المخبوزة.

مغطس محشي بالجوز

كوبان من الدقيق (الطحين)

ثلاثة أرباع الكوب من الزيت النباتي

ملعقة طعام من مسحوق اليانسون

نصف ملعقة صغيرة من الباكينغ باودر

ثلاثة أرباع الكوب من الماء

ملعقة طعام ونصف الملعقة من ماء الزهر

نصف كوب من اللوز أو الجوز المفروم

ملعقة طعام ونصف الملعقة من السكر

زيت لقلي العجينة.

التحضير

يوضع الدقيق في وعاء، ويضاف إليه اليانسون والباكينغ باودر والزيت. يدعك الكل للحصول على عجينة يمتص فيها الدقيق كل الزيت. يضاف ماء الزهر والماء، ثم يرش الدقيق تدريجياً لدعك العجينة والحصول على كتلة واحدة.

تغطى العجينة وتترك جانباً لمدة ساعة حتى ترتاح.

يخلط الجوز المفروم مع السكر وماء الزهر لتحضير الحشوة.

ترق العجينة إلى دائرة كبيرة فوق سطح مكسو بالدقيق، وتقطع بواسطة قطاعة البسكويت الدائرية أو بواسطة فنجان شاي. تحشى كل دائرة عجين بملعقة طعام من الحشوة، ثم تلف مثل السمبوسك وتضغر بأطراف الأصابع. ترصف في صينية حتى الانتهاء من كل الحشوة.

يسخن الزيت في مقلاة عميقة وتقلى قطع العجين حتى تصبح ذهبية. ترفع القطع المقلية بواسطة ملعقة مثقوبة وتغمس في القطر الفاتر، شرط تقليبها مرات عدة لتغليف كل الجهات بالقطر. ترفع القطع من القطر وترصف في طبق التقديم.

القطر

كوبان من السكر

كوب من الماء

ملعقة صغيرة من عصير الليمون.

يسخن السكر مع الماء لمدة ٧ إلى ١٠ دقائق حتى الغليان. يضاف من ثم عصير الليمون ويطهى الكل لمدة دقيقة أو دقيقتين إضافيتين. ترفع القدر عن النار وتترك جانباً.

حلو السلطان

٣ أكواب من الدقيق، (الطحين) ٥ بيضات

نصف كوب من الزبدة أو السمن

كوب ونصف الكوب من الماء الساخن

زيت لقلي العجينة، قطر.

التحضير

توضع الزبدة أو السمن في قدر وتسخن جيداً.

يضاف إليها الماء الساخن جداً ويغلى لبضعة دقائق.

ترفع القدر عن النار وتوضع جانباً. يضاف الدقيق تدريجياً إلى المزيج، شرط التحريك باستمرار، للحصول على كتلة من العجين. تعاد القدر إلى النار ويطهى محتواها لمدة دقيقتين أو ثلاث دقائق، شرط التحريك باستمرار. توضع من ثم القدر جانباً ليبرد محتواها.

يضاف البيض، بمعدل بيضة واحدة كل مرة، شرط التحريك باستمرار (يمكن استعمال خفاقة الجاتوه لجعل العمل أسهل) حتى الحصول على عجينة دبقة.

توضع العجينة في كيس حلويات كبير مشتمل على رأس دائري أو في قمع كبير. يسخن الزيت في قدر كبيرة وعميقة. يمسك كيس الحلويات بإحدى اليدين ويضغط عليه لتخرج منه العجينة وتسقط مباشرة في الزيت الساخن في شكل دوائر. توضع دائرتان أو ثلاث دوائر في القدر وتقلى حتى تصبح ذهبية اللون. تخرج الدوائر المقلية بواسطة ملعقة مثقوبة وتغمس في القطر المحضر سابقاً ثم تخرج منه وتوضع على طبق التقديم.

قطر السكر

٥ أكواب من السكر

خمسة أكواب ونصف الكوب من الماء

٣ ملاعق طعام من ماء الزهر

عصير ليمونة واحدة.

يوضع الماء في قدر فوق النار، ويضاف إليه السكر ويغليان فوق نار قوية لمدة عشر دقائق. يضاف من ثم عصير الليمون وماء الزهر ويترك الكل يغلي لمدة خمس دقائق. ترفع القدر عن النار، علماً أن غلي القطر يستغرق ١٥ دقيقة.

حساء الخضار الإيطالي (مينيستروني)

الكمية تكفي ٤ إلى ٦ أشخاص

بصلتان، جزرتان، ٣عيدان كرفس، رأسا بطاطا متوسطا الحجم، حبتا كوسا، كوب من اللوبياء الخضراء المقطعة، ٢٥٠غ من الملفوف، نصف كوب من الزيت، ٤٥غ من الزبدة، ٥ أكواب من الماء، ٣ مكعبات من مرقة اللحم أو الدجاج، كيلوغرام من رؤوس البندورة (الطماطم) الكاملة المقشرة، كوبان من الفاصوليا البيضاء المسلوقة، ملح وفلفل

التحضير

يقشر البصل ويفرم ناعماً. يقشر الجزر ويفرم ناعماً. يقشر الكرفس ويقطع إلى عيدان طويلة ورفيعة. تقشر البطاطا وتقطع إلى مكعبات صغيرة. تقطع الكوسا إلى مكعبات صغيرة. تنظف اللوبياء وتقطع إلى قطع صغيرة. يفرم الملفوف إلى قطع صغيرة. يسخن الزيت والزبدة في قدر كبيرة. يضاف البصل ويقلى فوق نار متوسطة حتى يزهر قليلاً. يضاف الجزر ويقلى لمدة ٢ إلى ٣ دقائق، مع التحريك بين الحين الآخر. تكرر هذه العملية مع البطاطا والكرفس والكوسا واللوبياء والملفوف. يضاف الماء ومكعبات المرقة. يغلى المزيج على النار، ثم تخفف النار ويترك المزيج يغلي برفق لمدة ساعة تقريباً ليصبح الحساء كثيفاً. خلال آخر ١٥ دقيقة من عملية الطهو، تضاف الفاصوليا البيضاء المغسولة والمصفاة. كما يضاف الملح والفلفل. يمكن إضافة جبنة البارميسان إلى الحساء حسب الرغبة أو تقديمها في طبق منفصل مع الحساء.

حساء السمك

الكمية تكفي ٦ أشخاص

٤ شرائح من سمك السلطان ابراهيم، نصف كيلوغرام من القريدس المتوسط الحجم، شرائح اضافية من سمك الهامور، بصلتان، بضعة أعناق من البقدونس، عود كرفس، ٦ أكواب من الماء، ٣ رؤوس بندورة (طماطم) ناضجة، ٤٠٠غ من عصير البندورة (الطماطم) المعلبة، رأسا بطاطا، فص ثوم، ملعقة صغيرة صعتر بري، ملعقة طعام معجون بندورة (طماطم)، نصف ملعقة صغيرة من السكر، ملح وفلفل، ملعقتا طعام من البقدونس المفروم

التحضير

تخلط شرائح سمك السلطان ابراهيم الأربع مع البصل المقشر والمقطع إلى شرائح، وأعناق البقدونس، والكرفس المفروم والماء في قدر كبيرة. توضع القدر على النار حتى الغليان، تخفف النار ويغلى محتواها برفق لمدة ١٠ دقائق، ثم ترفع شرائح السمك من المرقة ويتابع الغلي لمدة ٢٠ دقيقة. تصفى المرقة عبر منخل ناعم، ثم تعاد المرقة إلى القدر وترمى فيها الخضار. تفتت شرائح السمك ويحتفظ بها جانباً. تقشر حبات القريدس وينزع منها العرق الأسود. تقشر رؤوس البندورة (الطماطم) وتنظف من البذور ثم تفرم خشناً. تمرر البندورة (الطماطم) المعلبة مع عصيرها عبر منخل ناعم. تقشر البطاطا وتقطع إلى مكعبات. تقطع شرائح السمك الاضافية. تضاف هريسة البندورة (الطماطم)، والبندورة المفرومة، والبطاطا، والسمك، والثوم المهروس، والصعتر البري، والسكر ومعجون البندورة إلى المرقة. يعاد المزيج إلى النار حتى الغليان. تخفف النار ويترك المزيج يغلي برفق وهو مغطى حتى تنضج البطاطا. يضاف إليه القريدس والسمك المحتفظ به جانباً. يرش الملح والفلفل حسب الذوق. حين يغلي الحساء مجدداً، يضاف إليه البقدونس المفروم.

سندويش الترياكي بالخبز الأسمر

٣ رؤوس صغيرة من الفلفل الأخضر، أو الأحمر الحريف، مفرومة ناعماً، ٤ إلى ٥ رؤوس بندورة (طماطم)، كبيرة مقشرة ومفرومة ناعماً، ملعقة طعام من معجون البندورة (الطماطم)، ملعقتا طعام من زيت الزيتون، ملعقة طعام من الخل الأبيض، ملعقة صغيرة من البصل المبشور، أو المفروم ناعماً، ربع ملعقة صغيرة من الملح، ملعقة صغيرة من السكر، ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود، نصف كوب من الكزبرة الطازجة المفرومة.

التحضير

تطهى البندورة (الطماطم) مع معجون البندورة والفلفل، والسكر، والملح، والفلفل الأسود، والبصل فوق النار حتى الحصول على صلصة كثيفة. تضاف إليها الكزبرة.

تطفأ النار ويضاف زيت الزيتون مع الخل إلى الصلصة. تقدم هذه الصلصة مع البطاطا المقلية والناشو بمثابة نوع من المقبلات.

البابيلا السهلة

الكمية تكفي ٦ أشخاص

يسهل تحضير هذا الطبق المذهل. يمكنك طهوه بالطريقة التقليدية فوق الجمر المشتعل للحصول على النكهة الاسبانية الحقيقية.

مدة التحضير: ٣٠ دقيقة
مدة الطهو: ٣٠ دقيقة

ملعقتا طعام من زيت الزيتون
٤٥٠غ من فخذ الدجاج أو صدور الدجاج المنزوعة الجلد مقطعة إلى مكعبات
بصلة واحدة مفرومة
٣ فصوص ثوم مهروسة
ملعقتان صغيرتان من الفلفل الحلو
رأس فلفل أحمر، مشطور إلى نصفين، منزوع البذور، ومقطع إلى شرائح طويلة ورفيعة، ٤ رؤوس بندورة طازجة، مقشرة ومفرومة، ٣٠٠غ من الأرز الطويل
١٠ عيدان من الزعفران
ليتر واحد من مرق الدجاج الساخن
٤ رؤوس حبّار، منظفة ومقطعة إلى حلقات
١٧٥غ من اللوبياء الخضراء، المنظفة والمشطورة إلى نصفين، ١٢٥غ من البازيلا الطازجة، ١٢ حبة من بلح البحر، منظفة ومنزوعة اللحى، ١٢ حبة كبيرة من القريدس المتوسطي، أو المخطط النيء، ٦ ليمونات حامض للتقديم

التحضير

يسخن زيت الزيتون في قدر البابيلا أو في مقلاة كبيرة. تتبّل قطع الدجاج وتطهى لمدة دقيقتين حتى تحمر. يضاف إليها البصل والثوم والفلفل الحلو ويحرك الكل فوق نار متوسطة لمدة ٣ دقائق. يضاف بعدها الفلفل الأحمر والبندورة المفرومة إلى الخليط. يضاف الأرز ويطهى الكلّ لمدة دقيقتين، شرط التحريك باستمرار. تضاف عيدان الزعفران، في حال استعمالها، إلى القليل من مرق الدجاج الساخن، ويصب المزيج بعدها في القدر. تضاف الكمية الباقية من المرق إلى محتويات القدر. يحرك الكلّ جيداً ويترك فوق النار حتى الغليان. يضاف الحبّار، ويترك الكل يغلي برفق فوق النار لمدة ٢٠ دقيقة أو حتى ينضج الأرز. يجب ألا يحرك الخليط في هذه المرحلة. يضاف المزيد من المرق عند الحاجة. تضاف اللوبياء الخضراء والبازيلا إلى محتويات القدر. يوضع الحبار والقريدس فوق الأرز ويرش فوقهما الكثير من الفلفل الأسود. يترك الكل فوق النار حتى يصبح القريدس وردي اللون والحبار مفتوحاً (بعد نحو ١٠ دقائق).

تقدم البابيلا مباشرة من القدر مع قطع الليمون. ولا داعي للقلق إذا كان الأرز الموجود في قعر القدر هشاً- فهذا يمنح الطبق المزيد من الأصالة والنكهة الرائعة.

في حال استعمال الأرز السريع التحضير، عليك تخفيض مدة الطهو المذكورة في الخطوة ٢ إلى النصف تقريباً.

في الحصة الواحدة: ٥٤٠ وحدة حرارية و١٣غ من الدهن.

جربي: تختلف نكهة البابيلا حسب المناطق الاسبانية، وتعتبر الوصفة الخالية من اللحم شائعة جداً. استبدلي الدجاج بلحم السمك المكتنز.

سمك غبّص في الفرن

الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص

نصف كيلوغرام من السمك الصغير (الغبّص أو البزري) المنظّف والمغسول، ٣ رؤوس بندورة (طماطم) مقطعة إلى شرائح، بصلتان مقطعتان إلى شرائح، ملح+رشّة من مسحوق الفلفل الأسود والفلفل الأحمر والكمون، نصف كوب من الزيت.

ينظف السمك ويغسل ويصفى. يخلط الزيت مع السمك والتوابل والبصل. يوضع الكلّ في طبق زجاجي مقاوم لحرارة الفرن. ترصف شرائح البندورة في أعلى الطبق ويخبز الكل في الفرن حتى ينضج السمك والبندورة.

بيسكوتي (بسكويت إيطالي)

الكمية تصنع ٢٦ قطعة

كوبان من الدقيق لجميع الاستعمالات
بيضتان مخفوقتان قليلاً، كوب من السكر،
نصف ملعقة صغيرة من برش البرتقال، فانيلا
ربع ملعقة صغيرة من الباكينغ باودر
ثلثا الكوب من الفستق المقشر والمحمص
ثلث كوب من الصنوبر المحمص.

التحضير

ينخل الدقيق في وعاء. يضاف إليه البيض والسكر وبرش البرتقال والفانيلا والباكينغ باودر. يخلط الكل للحصول على عجينة ناعمة. يضاف إليها الفستق والصنوبر. تقسم العجينة إلى نصفين. يرق كل نصف فوق سطح مكسو قليلاً بالدقيق للحصول على شكل نقانق طولها ٢٠ سم. توضع كل عجينة في صينية مدهونة بالزيت وتخبز في الفرن لمدة ٣٠ دقيقة أو حتى تحمرّ العجينة قليلاً وتصبح هشة. تترك لتبرد في الصينية. تقطع العجينة المخبوزة على نحو مائل إلى شرائح سماكتها ١,٥ سم باستعمال سكين مسننة. توضع الشرائح، ووجهها المقطوع إلى الأعلى، في صواني فرن مدهونة بالزيت وتخبز في فرن معتدل الحرارة لمدة ٢٥ دقيقة تقريباً أو حتى تصبح هشة. تترك قطع البسكويت لتبرد فوق مصبع حديدي. يفترض الحصول على ٢٦ قطعة بسكويت تقريباً.

تورتة الجوز والشوكولا

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص

مكونات العجينة، ١٥٥غ من الزبدة، ٣بيضات، ثلاثة أرباع الكوب من السكر، كوبان ونصف الكوب من الدقيق لجميع الاستعمالات.

حشوة الفاكهة

نصف كيلوغرام من الفاكهة المتنوعة المفرومة الجاهزة، ملعقتان صغيرتان من برش الليمون، ملعقة صغيرة من برش البرتقال.

طبقة الجوز والشوكولا

بيضة واحدة، ربع كوب من السكر، ٦٠غ من الزبدة المذوبة، ربع كوب من الدقيق، نصف كوب من رقاقات الشوكولا (التي لا تذوب أثناء الخبز)، نصف كوب من الجوز المفروم.

التحضير

تخلط الزبدة مع البيض والسكر في خلاط الطعام. يضاف الدقيق ويتابع الخلط للحصول على عجينة. تنقل العجينة إلى سطح مرشوش قليلاً بالدقيق وتدعك برفق لتصبح ناعمة ثم تغطى وتحفظ في الثلاجة لمدة ٣٠ دقيقة. ترق العجينة بين رقاقتين من الورق النايلون لتصبح كبيرة كفاية لتغطية قالب تورتة قطره ٢٣ سم. تشذب حواف العجينة وتغطى بورقة بارشمان وتوزع عليها حبات الفول أو الأرز قبل خبزها في فرن معتدل الحرارة لمدة ٧ دقائق. ترفع ورقة البرشمان وحبوب الفول أو الأرز ثم تُمد حشوة الفاكهة، ومن ثم توضع طبقة الجوز والشوكولا. ويتابع خبز العجينة لمدة ٤٥ دقيقة او حتى تصبح جامدة. تترك التورتة لتبرد في حرارة الغرفة ثم تزين بخطوط الشوكولا ومثلثات الشوكولا والفراولة.

طبقة الجوز والشوكولا

يخلط البيض مع السكر والزبدة والدقيق المنخول بالخلاط الكهربائي للحصول على مزيج ناعم. تضاف إليه رقاقات الشوكولا والجوز.

بافلوفا مع الفاكهة

الكمية تكفي ٨ أشخاص

بياض ٤ بيضات في حرارة الغرفة، كوب من السكر، فانيلا، ملعقة صغيرة من الخل
ملعقتان صغيرتان من دقيق الذرة (corn flour)
٣ أكواب من الكريما الطازجة
المخفوقة مجموعة منوّعة من الفاكهة.

التحضير

ترسم دائرة قطرها ٢٣ سم على ورقة بارشمان غير لاصقة. توضع هذه الورقة فوق صينية خبز وتدهن بالقليل من الزيت. يخفق بياض البيض في وعاء كبير ليصبح جامداً. يتابع الخفق ويضاف إليه السكر، بمعدل ملعقة طعام كل مرة، حتى يصبح المزيج كثيفاً ولامعاً. تضاف الفانيلا والخل ودقيق الذرة وتخلط بملعقة. ثم يسكب المزيج فوق الدائرة المرسومة لإعطائه شكلاً محدداً، على أن تكون الحافة الخارجية للدائرة أعلى قليلاً من داخلها. تخبز الصينية في فرن حرارته ٢٠٠ درجة فهرنهايت لمدة ساعة ثم تترك لتبرد داخل الفرن وتنقل بعناية إلى طبق التقديم. تزين التورتة بالكريما المخفوقة ومجموعة منوعة من الفاكهة.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

كبسة مع الدجاج

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

ملعقتا طعام من الزبدة

كيلوغرام من أفخاذ وصدور الدجاج

بصلتان متوسطتان مقطعتان إلى جوانح

٢ إلى ٣ فصوص ثوم مهروسة

ملعقة صغيرة من مسحوق الكمون

ملعقة صغيرة من مسحوق الكزبرة اليابسة

نصف ملعقة صغيرة من العقدة الصفراء

كوبان من الأرز البسماتي

٣ أكواب من مرقة الدجاج

رأسا بندورة (طماطم) متوسطا الحجم، مقطعان إلى مكعبات صغيرة

ربع كوب من الزبيب (اختياري)

ربع كوب من اللوز المقلي (اختياري)

ربع كوب من الصنوبر المقلي

التحضير

تسخن الزبدة أو السمنة ثم تقلى فيها قطع الدجاج حتى تصبح ذهبية اللون وطرية وناضجة تماماً. تسخن بقية الزبدة أو السمنة أو الزيت في المقلاة نفسها ويقلى البصل مع الثوم والبندورة والتوابل حتى يذبل البصل وتنضج البندورة.

يضاف الأرز المغسول والمصفى ويقلى مع المزيج لبضع دقائق حتى تتغلغل التوابل جيداً في الأرز. تضاف مرقة الدجاج، ثم تغطى القدر ويطهى الكل على نار خفيفة لمدة ١٠ دقائق. تضاف بعدها قطع الدجاج ويتابع الطهو حتى يصبح لحم الدجاج طرياً ويمتص الأرز كل المرقة.

تترك القدر مغطاة لمدة نصف ساعة حتى ترتاح، ثم يقدم الأرز مع الدجاج ويزين الطبق بالزبيب والصنوبر واللوز.

تورتة السبانخ

الكمية تكفي ١٠ إلى ١٢ شخصاً

عجينة التورتة جاهزة

٣ أكواب من الدقيق المتعدد الاستعمالات

كوب (٢٠٠غ) من الزبدة في حرارة الغرفة

صفار بيضة إلى بيضتين

ربع كوب من الحليب

نصف ملعقة صغيرة من الملح

الحشوة

كوب ونصف الكوب من لحم صدر الدجاج المسلوق والمفروم

كوب ونصف الكوب إلى كوبين من السبانخ المسلوق والمفروم

٣ ملاعق طعام من الدقيق

ملعقتا طعام من الزبدة

رشة من جوزة الطيب

ربع ملعقة صغيرة من البهار الأبيض

كوبان من مرقة الدجاج

ربع كوب من الكريما الطازجة

نصف كوب من جبنة الغرويار المبشورة

التحضير

لتحضير عجينة التورتة، يخلط الدقيق المتعدد الاستعمالات مع الزبدة، وصفار البيض، والحليب، والملح في خلاط الطعام للحصول على عجينة متوسطة الليونة ومتماسكة في زاوية واحدة من وعاء الخلاط الكهربائي. تلف العجينة بورقة نايلون وتحفظ في الثلاجة لمدة نصف ساعة.

يرش القليل من الدقيق على ورقة نايلون وترق عليها العجينة للحصول على دائرة سماكتها ٣ إلى ٤ مم وقطرها ٣٥ سم. تنقل العجينة إلى قالب تورتة له قعر قابل للفك وقطره ٣٢ سم. توخز العجينة بالشوكة. يحمى الفرن لغاية ٣٥٠ درجة فهرنهايت، ثم تغطى عجينة التورتة بورق البارشمان ويوضع عليها كوبان من الحمص أو الفول. تخبز عجينة التورتة في الفرن لمدة ٢٠ دقيقة. ترفع بعدها ورقة البارشمان مع الفول أو الحمص ويتابع خبز العجينة حتى تصبح وردية اللون. توضع عجينة التورتة جانباً.

تحضر حشوة السبانخ والدجاج وتوزع فوق عجينة التورتة المخبوزة. تعاد التورتة إلى الفرن بعد رش الغرويار المبشورة على سطحها. تخبز التورتة حتى تنضج الحشوة وتذوب الجبنة على السطح. تخرج التورتة من الفرن وتترك جانباً لترتاح وتفتر بحيث يمكن تقطيعها إلى قطع.

تحضير الحشوة

توضع ملعقتا طعام من الزبدة في قدر على النار. يضاف الدقيق ويطهى المزيج لدقائق قليلة. تضاف مرقة الدجاج، والبهار الأبيض، وجوزة الطيب للحصول على صلصة متوسطة القوام. تضاف الكريما ولحم الدجاج والسبانخ. يخلط هذا المزيج مع نصف كمية الجبنة ثم يضاف إلى الصلصة ويخلط معها. يتم رش الملح حسب الحاجة.

توزع هذه الصلصة فوق عجينة التورتة وتخبز في الفرن لمدة ١٥ دقيقة تقريباً حتى تذوب الجبنة فوق التورتة.

ملاحظة: يمكن إعداد التورتة نفسها من دون لحم الدجاج.

عجة بالكوسا والبندورة المجففة

الكمية تكفي ٦ أشخاص

نصف كيلوغرام من الكوسا، ٨بيضات

٢٠٠غ من جبنة الفيتا، ٤ملاعق طعام من الكعك المطحون

٥ إلى ٦ قطع من البندورة (الطماطم) المجففة في الشمس، المصفاة من الزيت والمفرومة

٣ ملاعق طعام من الزبدة المذوبة، ملعقتا طعام من الكريما الكثيفة، عرق من النعناع الطازج، ملح وبهار

التحضير

يحمى الفرن لغاية ٣٥٠ درجة فهرنهايت أو ١٨٠ درجة مئوية أو غاز رقم ٦. تفرم البندورة مع أوراق النعناع. يخفق البيض مع الملح والبهار والكريما.

تدهن صينية بالقليل من الزبدة. تهرس جبنة الفيتا بالشوكة. تبشر حبات الكوسا المغسولة والمجففة بالجانب الخشن من المبشرة. يخلط برش الكوسا مع الكعك المطحون والبندورة والفيتا والبيض.

يسكب هذا المزيج في الصينية ويخبز في الفرن لمدة نصف ساعة تقريباً حتى تتضج من الداخل ويصبح سطحها وردي اللون. تقطع العجة إلى مربعات وتقدم فاترة أو باردة.

كرانش الفول السوداني (العبيدية)

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

نصف كيلوغرام من الفول السوداني النيء مع قشره أو من دونه

كوبان ونصف الكوب من السكر

ربع ملعقة صغيرة من الباكينغ صودا

زيت لدهن الصينية

التحضير

يسخن السكر في قدر غير لاصقة حتى يذوب تماماً. يضاف إليه الفول السوداني والصودا ويحرك المزيج بملعقة خشبية ثم يطهى فوق النار لمدة ٧ إلى ٨ دقائق حتى يتغلف الفول السوداني جيداً بالسكر ويصبح محمصاً ومغلفاً. تدهن صينية غير لاصقة بالزيت. يسكب فيها كرانش الفول السوداني ويسطّح بمتن ملعقة خشبية ثم يترك جانباً لمدة ٢٠ إلى ٢٥دقيقة حتى يبرد تماماً ويقسو. يقطع كرانش الفول السوداني إلى قطع صغيرة وتحفظ هذه القطع في وعاء كتيم للهواء حتى تحافظ على هشاشتها.

كريب مع التفاح وصلصة الكاراميل

الكمية تكفي ٦ أشخاص

٦ تفاحات صفراء مقشرة ومنظفة من البذور ومقطعة إلى مكعبات

٦ قطع كريب جاهزة أو منزلية الصنع

نصف كوب من الزبدة

٦ ملاعق طعام من الكاراميل

سكر ناعم، برش برتقالة

التحضير

تقلى مكعبات التفاح في الزبدة لمدة ١٠ إلى ١٢ دقيقة لتصبح طرية قليلاً. يضاف إليها من ثم الكاراميل ويطهى معها لمدة دقيقة أو دقيقتين ثم ترفع القدر عن النار. تسخن قطعة كريب في مقلاة وتسكب فوقها حشوة الكريب وتطوى إلى أربع. يكرر الشيء نفسه مع بقية قطع الكريب. تصف بعدها قطع الكريب المحشوة في طبق التقديم ويسكب عليها المزيد من صلصة الكاراميل. تزين القطع بقشر البرتقال وتقدم فاترة مع الكريما المخفوقة أو البوظة.

صلصة الكاراميل

كوب من السكر، ملعقة طعام من الزبدة

ربع كوب من الكريما الكثيفة أو الحليب

يسخن السكر على النار في مقلاة غير لاصقة ليصبح كاراميلاً ذهبي اللون. تضاف إليه الزبدة والكريما أو الحليب ويسخن المزيج مجدداً للحصول على صلصة كاراميل ناعمة.

الكريب

٣ بيضات، ٤٥غ من الزبدة، ملعقتا طعام من السكر الناعم، ٣ ملاعق طعام من الزيت

ربع إلى نصف كوب من الحليب

ثلاثة أرباع الكوب من الدقيق

التحضير

تذوب الزبدة ثم توضع جانباً لتبرد. يوضع البيض في وعاء ويضاف إليه السكر ويخفق معه للحصول على رغوة خفيفة. يضاف الدقيق والزبدة والحليب ويخلط الكل للحصول على مزيج ناعم. يترك المزيج ليرتاح ٤ إلى ٨ ساعات. تدهن مقلاة الكريب بالقليل من الزيت وتشوى فيها قطع الكريب.

ملاحظة: إذا كان مزيج الكريب سميكاً، يمكن إضافة المزيد من الحليب إليه لجعله رخواً.

جاتوه جوز الهند مع الفستق

الكمية تكفي ٨ أشخاص

٣ بيضات، كوب من السكر الناعم

كوب من الزيت، كوب من السميد

كوب من الدقيق، كوب من برش جوز الهند

ملعقة صغيرة من الباكينغ باودر ورشة فانيلا

كوب ونصف الكوب إلى كوبين من الفستق المفروم خشناً

القطر

كوب من السكر، كوبان ونصف الكوب من الماء

يسخن السكر مع الماء في قدر للحصول على قطر متوسط الكثافة.

التحضير

يخفق البيض مع السكر والزيت. يضاف إليه الدقيق، والسميد، والباكينغ باودر، والفانيلا وبرش جوز الهند. يخلط الكل جيداً ويسكب في قالب جاتوه قطره ٢٨ إلى ٣٠ سم ومدهون بالقليل من الزيت. يخبز الجاتوه في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت ليصبح سطحه وردي اللون. يخرج الجاتوه من الفرن ويسكب فوقه معظم القطر البارد. تخلط بقية القطر البارد مع الفستق ويسكب ويمدد فوق الجاتوه بالتساوي. يترك الجاتوه جانباً ليبرد تماماً.

تورتة المشمش

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص

كوبان من الدقيق المتعدد الاستعمالات

كوب من الزبدة الباردة المقطعة إلى مكعبات صغيرة

ثلاثة أرباع الكوب من السكر الناعم

فانيلا

نصف ملعقة صغيرة من الباكينغ باودر

رشة ملح

صفار بيضة أو بيضتين

ربع إلى نصف كوب من مربى المشمش

سكر ناعم للزينة

التحضير

يوضع الدقيق في خلاط الطعام ويضاف إليه السكر الناعم مع الزبدة، والفانيلا، والملح وصفار البيض. يخلط الكل جيداً للحصول على عجينة متوسطة الليونة ومتماسكة في زاوية واحدة من وعاء الخلاط. تلف العجينة بورقة نايلون وتحفظ في الثلاجة لمدة ساعة. يحتفظ بمقدار صغير من العجينة جانباً لإعداد الأشرطة، فيما ترق بقية العجينة بالشوبك فوق ورقة نايلون مرشوشة بالقليل من الدقيق. تنقل العجينة إلى قالب تورتة قطره ٢٤ سم ويوخز قعرها بالشوكة في أماكن عدة. يدهن مربى المشمش فوق العجينة.

يرش الدقيق على طاولة وترق بقية العجينة لإعداد أشرطة عرضها ٢ إلى ٣ سم. تصف هذه الأشرطة على نحو مائل (على شكل سلة) فوق التورتة. تخبز التورتة في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى تنضج ويصبح سطحها وردي اللون قليلاً. تخرج التورتة من الفرن وتحفظ جانباً لتبرد ثم يرش عليها السكر الناعم قبل تقديمها مع الشاي أو القهوة أو الآيس كريم.

شرائح اللحم المشوية مع صلصة بيارنيز

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

كيلوغرام من لحم البقر الهبر والطري، مقطع إلى شرائح فيليه

ملعقة طعام من الزبدة

ملعقتا طعام من الزيت

بهار أسود مطحون حديثاً، ملح

خضار مسلوقة أو مقلية في القليل من الزبدة لتقديمها مع شرائح اللحم

صلصة بيارنيز

ملعقتا طعام من الطرخون اليابس

بصلة متوسطة مفرومة ناعماً، ربع كوب من الخل الأبيض

ربع ملعقة صغيرة من حبات البهار الأسود

ملعقة طعام من الماء وصفار ٣ بيضات

٢٠٠غ من الزبدة الباردة مقطعة إلى مكعبات صغيرة

ملح وبهار أسود حسب الذوق

التحضير

تسخن مقلاة غير لاصقة جيداً، ثم تمسح بالقليل من الزيت والزبدة. تشوى شرائح اللحم على نار قوية جداً، ثم ترفع من المقلاة وتحفظ فاترة. لتحضير صلصة البيارنيز، يوضع الطرخون مع البصل، والبهار الأسود والخل في قدر. يغلى المزيج حتى يتضاءل حجم السائل إلى مقدار ملعقتيّ طعام. يوضع صفار ٣ بيضات مع ملعقة طعام من الماء وملعقتيّ طعام من سائل الطرخون والخل. يخلط المزيج أو يخفق على نار متوسطة. يضاف إليه مكعب من الزبدة كل مرة مع ضرورة الخلط من دون توقف حتى استعمال كل الزبدة وتكثف الصلصة قليلاً بحيث يصبح قوامها مثل اللبن أو أرق قليلاً. تضاف نصف ملعقة صغيرة من الطرخون إلى الصلصة وتقدم الصلصة مع شرائح اللحم والخضار.

ملاحظة: في حال تحضير صلصة البيارنيز مسبقاً لاستعمالها لاحقاً، يمكن إضافة ملعقة صغيرة من الماء الساخن جداً إلى الصلصة لمنحها القوام المطلوب. لا يرش الملح فوق شرائح اللحم أثناء القلي أو الشواء وإنما يضاف الملح لاحقاً.

الزيتون المخلل مع الكزبرة والصعتر

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

نصف كيلوغرام من الزيتون الأخضر المنزوع النوى والمشطور إلى نصفين

٢٥٠غ من الصعتر الأخضر المفروم خشناً

ملعقة طعام من بذور الكزبرة

نصف باقة من أوراق الكزبرة الطازجة، مفرومة خشناً

كوب من زيت الزيتون

نصف كيلوغرام من كرات جبنة الماعز

تخلط هذه المكونات مع بعضها وتحفظ في وعاء زجاجي وتقدم بمثابة نوع لذيذ من المقبلات.

الزيتون المخلل مع الرمان والجوز

نصف كيلوغرام من الزيتون الأخضر المنزوع النوى والمشطور إلى نصفين

٢٥٠غ من حب الرمان الحامض

رأس فليفلة أحمر حريف مفروم ناعماً

ملعقة طعام من معجون الفلفل

ثلاثة أرباع الكوب من زيت الزيتون

كوب من الجوز المفروم

تخلط كل هذه المكونات مع بعضها وتحفظ في وعاء زجاجي وتقدم بمثابة نوع لذيذ من المقبلات.

بات آشو بالشوكولا

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص

عجينة بات آشو

كوب من الدقيق

١١٠غ من الزبدة

٥ بيضات في حرارة الغرفة

ربع كوب من الحليب

ثلاثة أرباع الكوب من الماء

ملعقة طعام من الكاكاو الداكن

ملعقة طعام من السكر

نصف ملعقة صغيرة من الملح

التحضير

ينخل الدقيق مع مسحوق الكاكاو. يسخن الحليب في قدر مع الماء والسكر والملح. تضاف الزبدة ويسخن المزيج حتى يبدأ بالغليان. تطفأ النار وترفع القدر ويضاف إليها مزيج الدقيق والكاكاو. يخلط الكل جيداً ثم يسخن مجدداً حتى يتحول إلى عجينة دبقة. ترفع القدر عن النار.

يضاف البيض إلى العجينة، البيضة تلو الأخرى، ويتابع الخفق حتى الحصول أخيراً على عجينة دبقة. يسكب مقدار ملعقة طعام من هذه العجينة على صينية غير لاصقة للحصول على شكل كتل صغيرة. يكرر الشيء نفسه مجدداً للحصول أخيراً على مجموعة من الدوائر البعيدة قليلاً عن بعضها البعض في الصينية. يحمى الفرن لغاية ٣٧٥ أو ٤٠٠ درجة فهرنهايت وتخبز فيه صينية بات آشو لمدة ٢٠ إلى ٢٥ دقيقة حتى تنتفخ القطع وتقسو وتنضج. تخرج الصينية من الفرن وتشق كل قطعة شو من الأسفل، تماماً مثل السندويش، للسماح للبخار بالخروج من داخل القطعة والحؤول بالتالي دون ليونتها.

تحشى قطع الشو بكريما الشوكولا، ثم تسكب فوقها صلصة الشوكولا وتقدم.

كريما شانتيي بالشوكولا

نصف كوب من الكريما الطازجة مخفوقة جيداً

٨٠غ من الشوكولا السوداء المفرومة

ملعقة طعام من السكر

ملعقة طعام من الزبدة

التحضير

تسخن الكريما في قدر مع السكر. تسكب هذه الكريما الساخنة فوق الشوكولا وتخلط معها بعناية، ثم تحفظ في الثلاجة لمدة ٢٤ ساعة. تخفق كريما الشوكولا جيداً لتصبح خفيفة وكثيرة الرغوة. تحشى قطع الشو بهذه الكريما وتسكب عليها صلصة الكريما.

الصلصة

١٤٠غ من الشوكولا السوداء

ملعقتا طعام من الزبدة

٢ إلى ٣ ملاعق طعام من الماء المغلي

تسخن ملعقتا طعام من الماء مع الزبدة. تضاف إليها الشوكولا المذوبة ببطء وتخلط معها.

تشيزكايك مع الشوكولا

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص

٢٠٠غ من بسكويت دايجستيف بالشوكولا

٤٠٠غ من الجبنة القشدية

٤ ملاعق طعام من الزبدة المذوبة

٢٠٠غ من الشوكولا السوداء

ملعقة طعام من الجيلاتين مذوبة في ربع كوب من الماء الفاتر

الطبقة العلوية

١٥٠غ من الشوكولا السوداء

نصف كوب من الكريما الطازجة

ربع كوب من الزبدة المذوبة

التحضير

يهرس بسكويت الدايجستيف ناعماً جداً. تضاف إليه الزبدة وتخلط معه للحصول على فتات ناعم. يحضر قالب تشيزكايك قطره ٢٤ سم ويوزع البسكويت المطحون في قعره ويخبز في الفرن لمدة ٧ إلى ١٠ دقائق. يخرج القالب من الفرن ويترك جانباً ليبرد. تخفق الكريما الطازجة مع السكر لتصبح كثيرة الرغوة. وفي وعاء آخر تخفق الجبنة القشدية لتصبح كثيرة الرغوة. تذوب الشوكولا في المايكروايف. يخلط الجيلاتين المذوب مع الجبنة القشدية تدريجياً ثم يخلط مع الكريما المخفوقة. تخلط نصف كمية مزيج الجبنة القشدية مع الشوكولا المذوبة تدريجياً.

يسكب مزيج الجبنة القشدية الأبيض اللون فوق البسكويت، ثم يغطى بمزيج الجبنة القشدية بلون الشوكولا. يحرك سطح المزيج بمقبض ملعقة خشبية للحصول على أشكال حلزونية في التشيزكايك.

يمهد سطح التشيزكايك ويحفظ في الثلاجة لمدة ٦ إلى ٧ ساعات حتى يجمد.

تسخن الكريما الطازجة في قدر حتى درجة الغليان، ثم ترفع عن النار. تضاف إليها الشوكولا المفرومة وتخلط معها. تضاف أيضاً الزبدة المذوبة. يسكب هذا المزيج فوق التشيزكايك الذي جمد ويحفظ القالب مجدداً في الثلاجة.

يزين التشيزكايك بالمزيد من ورود الكريما الطازجة المسكوبة بواسطة كيس حلويات مزود برأس زخرفي.

يقطع التشيزكايك إلى شرائح ويقدم.

جاتوه الشوكولا باللوز

الكمية تكفي ٨ أشخاص

٢٠٠غ من الزبدة في حرارة الغرفة

ربع كوب من الكريما الحامضة

كوب من السكر الناعم

٤ بيضات في حرارة الغرفة

ثلاثة أرباع الكوب من الدقيق الذاتي الارتفاخ

نصف كوب من الأرز المطحون

نصف كوب من اللوز المطحون

كريما الزبدة بالشوكولا

٢٠٠غ من الزبدة في حرارة الغرفة

ربع كوب من الحليب المكثف

١٥٠غ من الشوكولا نصف الحلوة المذوبة

صلصة الغاناش

١٥٠غ من الشوكولا نصف الحلوة

نصف كوب من الكريما الطازجة

ملعقتا طعام من الزبدة

التحضير

يدهن قالب جاتوه دائري قطره ٢٠ سم بالزيت ويرش عليه الدقيق. تخفق الزبدة مع الكريما الحامضة والسكر للحصول على قوام ناعم. يضاف البيض تدريجياً، بمعدل بيضة واحدة كل مرة، ثم يضاف الدقيق والأرز المطحون بالتناوب. يضاف اللوز المطحون ويسكب المزيج في قالب الجاتوه المحضر ويخبز في الفرن لمدة ٤٠ دقيقة تقريباً ليصبح سطح الجاتوه وردي اللون وتختفي الرطوبة من داخله تقريباً. لتحضير كريما الزبدة، تخفق الزبدة لتصبح قشدية. يضاف إليها الحليب المكثف والشوكولا المذوبة والمبرّدة. يخلط المزيج جيداً ليصبح ناعم القوام.

يقطع الجاتوه أفقياً إلى ٣ طبقات ويدهن بكريما الزبدة بالشوكولا. يدهن سطح الجاتوه وحوافه أيضاً بالكريما نفسها قبل حفظه في الثلاجة لمدة ٣٠ دقيقة

لتحضير غاناش الشوكولا، تسخن الكريما الطازجة في قدر. تضاف إليها قطع الشوكولا المفرومة وكذلك الزبدة. يخلط الكل للحصول على صلصة ناعمة. تسكب هذه الصلصة فوق الجاتوه وتزين بالكرز.

معكرون بالشوكولا

الكمية تصنع ٢٥ قطعة

كوب من اللوز المطحون

كوب وثلاثة أرباع الكوب من السكر الناعم

ثُمن كوب من مسحوق الكاكاو وملعقة صغيرة للزينة

بياض ٤ بيضات كبيرة في حرارة الغرفة

١١٥غ من الشوكولا السوداء المفرومة

نصف كوب من الكريما الكثيفة السائلة

ثمن كوب من الزبدة المذوّبة

التحضير

لتحضير غاناش الشوكولا، تفرم الشوكولا إلى قطع صغيرة. توضع الكريما في قدر وتسخن حتى درجة الغليان. تسكب الكريما الساخنة فوق الشوكولا وتخلط معها بعناية حتى تذوب الشوكولا نتيجة حرارة الكريما. تضاف الزبدة المذوبة وتخلط معها. تحفظ الصلصة في الثلاجة لمدة ساعة حتى تجمد.

يخلط اللوز المطحون مع الدقيق ومسحوق الكاكاو، ثم ينخل المزيج مجدداً للحصول على مزيج ناعم جداً له قوام شبيه بقوام الدقيق.

تبطن صينيتان بورق البارشمان.

يخفق بياض البيض ليصبح كثير الرغوة وإنما غير جامد. يخلط خفيق البيض بدقة مع خليط اللوز والدقيق للحصول على عجينة رخوة قليلاً. تسكب هذه العجينة في كيس حلويات له رأس معدني عادي وتضغ على شكل قطع معكرون قطرها ٣ إلى ٤ سم فوق صينية مبطنة بورق البارشمان. يفترض أن تكون قطع المعكرون بعيدة قليلاً عن بعضها. تترك قطع المعكرون لترتاح ١٥ دقيقة في حرارة الغرفة.

في غضون ذلك، يحمى الفرن لغاية ٤٥٠ درجة فهرنهايت أو ٢٢٠ درجة مئوية. يرش القليل من مسحوق الكاكاو فوق قطع المعكرون، وتخفف حرارة الفرن لغاية ٣٥٠ درجة فهرنهايت قبل خبز صينية المعكرون فيه. لكن يجب ترك باب الفرن مفتوحاً قليلاً (بمساعدة مقبض ملعقة خشبية). تخبز قطع المعكرون لمدة ١٠ إلى ١٢ دقيقة، ثم تخرج من الفرن ويدهن متن ورقة البارشمان بالقليل من الماء للسماح بقطع المعكرون بالانزلاق بسهولة عن الصينية والورقة. تترك قطع المعكرون جانباً لتبرد تماماً.

تحشى كل قطعتين من المعكرون بمقدار ملعقة صغيرة من صلصة الغاناش المحضرة قبل لصقهما ببعضهما. تحفظ قطع المعكرونة في الثلاجة حتى موعد التقديم.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

شرائح السمك مع الصلصة الهولندية

الكمية تكفي ٤ أشخاص

٤ شرائح سمك منقوعة في الحليب
دقيق لتغليف شرائح السمك مع الملح والبهار الأبيض
بيضتان مع رشة من الملح والبهار
كوب من الكعك المطحون
ملعقتا طعام من جبنة البارميسان
زيت لقلي السمك

الصلصة الهولندية

ملعقتا طعام من الكبّار
ملعقتا طعام من البقدونس المفروم
ملعقة طعام من الشبث (bill) الطازج المفروم
ملعقتا طعام من عصير الليمون
صفار ٣ بيضات
كوب من الزبدة الباردة المقطعة إلى مكعبات صغيرة
ملح وبهار أبيض
ربع ملعقة صغيرة من برش الليمون

التحضير

يصفى الكبّار ويفرم ناعماً، ثم يخلط مع البقدونس والشبث. يسكب الماء في قدر متوسطة الحجم بحيث يصل ارتفاعه إلى ٥ سم فيها. يسخن الماء على النار. توضع في هذه القدر قدر أخرى (طريقة البان ماري) داخلها صفار البيض مع عصير الليمون، والكبّار وبرش الليمون. يسخن هذا المزيج من دون السماح لقعر القدر بملامسة الماء المغلي في القدر الكبيرة. يخلط مزيج صفار البيض جيداً، ثم تضاف إليه الزبدة، بمعدل قطعة واحدة كل مرة، مع ضرورة متابعة الخلط باستمرار حتى تذوب الزبدة ويتم الحصول أخيراً على صلصة لها قوام أرق قليلاً من اللبن. تنقع شرائح السمك في الحليب وتحفظ في الثلاجة لمدة ٥ إلى ٦ ساعات، ثم تصفى على محارم المطبخ الورقية. تغمس شرائح السمك في الدقيق، ومن ثم في البيض المخفوق، وبعدها في الكعك المطحون والمخلوط مع جبنة البارميسان. تقلى شرائح السمك في الزيت الساخن جداً حتى تصبح ذهبية وهشة. تقدم شرائح السمك مع الصلصة الهولندية والخضار.

تورتات كيش لورين

الكمية تصنع ١٢ قطعة

١٢ تورتة صغيرة جاهزة أو ١٢ قطعة مخبوزة من عجينة الباف

٦ شرائح من لحم البقر المقدد، المفروم والمقلي
٦ حبات فطر عملاقة مفرومة ومقلية مع اللحم
٢٠٠غ من جبنة الغرويار المبشورة

الصلصة

كوبان من الحليب، ٣ ملاعق طعام من الدقيق
بيضتان مخفوقتان، رشة ملح

التحضير

لتحضير الصلصة، يسخن الدقيق مع الحليب في قدر لمدة ٥ دقائق حتى يتكثف الحليب. يترك جانباً ليبرد، ثم يضاف إليه البيض ويخلط معه جيداً. لتحضير العجينة، ترق عجينة التورتة إلى دائرة كبيرة سماكتها ٣ إلى ٤ مم وتقطع إلى دوائر صغيرة. تصف هذه الدوائر في قوالب التارت الصغيرة وتوخز بالشوكة وتحفظ في الثلاجة لمدة ساعة كاملة. يحمى الفرن وتخبز فيه قطع التورتة الصغيرة وهي فارغة لمدة ١٥ دقيقة. تخرج بعدها التورتات الصغيرة من الفرن ويضاف إلى كل منها القليل من اللحم المفروم والفطر. تسكب فوقها الصلصة المحضرة وترش عليها الجبنة المبشورة ثم تخبز في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى يصبح سطح التورتات وردي اللون.

ملاحظة: يمكن تحضير تورتة كيش كبيرة قطرها ٢٨ إلى ٣٠ سم حسب الذوق.

عجينة التورتة

كوبان من الدقيق، ٢٠٠غ من الزبدة
صفار بيضة واحدة، ربع كوب من الحليب
ربع ملعقة صغيرة من الملح

توضع كل هذه المكونات في خلاط الطعام الكهربائي للحصول على عجينة طرية ومتماسكة في زاوية واحدة من وعاء الخلاط. تحفظ العجينة في الثلاجة لمدة ساعة كاملة. يرش الدقيق على ورقة نايلون وترق عليها العجينة للحصول على دائرة كبيرة. تقطع لاحقاً إلى دوائر صغيرة قطر كل واحدة منها ٨ إلى ١٠ سم تقريباً.

سلطة قوالب الجبنة مع الحشائش الطازجة

٢٠٠غ من الجبنة القشدية

٢٠٠غ من جبنة الماعز البيضاء

٢٠٠غ من جبنة الفيتا

بضعة أوراق روكا طازجة، ربع باقة من الحبق الطازج

ربع باقة من الصعتر الطازج

بضعة أوراق من البقدونس

ملعقتا طعام من الجيلاتين مذوبتان في نصف فنجان قهوة من الماء الفاتر

ربع كوب من القشدة الطازجة

ثمن ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض.

الصلصة

نصف باقة من الحبق الطازج المفروم مع نصف كوب من زيت الزيتون. يخلطان معاً ويسكبان فوق خليط الجبنة.

التحضير

توضع أنواع الجبنة الثلاثة في خلاطة الطعام الكهربائية وتضاف إليها الأعشاب الطازجة والقشدة. يخلط الكل معاً للحصول على مزيج بلون الفستق الحلبي. يضاف الجيلاتين إلى المزيج ويخلط الكل جيداً. يسكب هذا المزيج في دوائر صغيرة وتحفظ في قسم التجليد من الثلاجة حتى تجمد.

تنزع الدوائر بعناية وترصف فوق مهد من الخس. تنثر الصلصة فوق كل دائرة وتقدم بمثابة نوع من المقبلات مع الخبز المحمص أو الخبز الافرنجي.

حساء البندورة (الطماطم)

كوب من صلصة البندورة (الطماطم)

كوب من القشدة الطازجة، ربع كوب من الزبدة

بصلة متوسطة مفرومة

جزرتان متوسطتان مفرومتان

ورقة غار، ملعقتا طعام من الدقيق (الطحين)

٦ أكواب من مرقة الدجاج

ملعقة طعام من معجون البندورة (الطماطم).

التحضير

تسخن الزبدة في قدر، ويقلى فيها البصل والجزر وورقة الغار. يرش الدقيق فوق محتوى القدر، ويضاف من ثم معجون البندورة. تضاف مرقة الدجاج ويطهى الكل معاً حتى تنضج الخضار. ترفع من ثم ورقة الغار.

يهرس المزيج في الخلاطة، ثم يصفى الحساء عبر مصفاة للحصول على حساء ناعم. تضاف صلصة البندورة (الطماطم). يخلط الكل ويطهى المزيج مجدداً فوق نار خفيفة حتى يصبح الحساء كثيفاً. ترفع القدر عن النار ويضاف كوب من القشدة الطازجة إلى محتواها مع نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض. يخلط الحساء جيداً ويقدم ساخناً.

جذع اللوز

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

- بياض ٥ بيضات مع ربع كوب من السكر الناعم
- صفار ٥ بيضات مع نصف كوب من السكر الناعم
- ربع كوب من الماء الساخن
- ثلاثة أرباع الكوب من الدقيق المتعدد الاستعمالات
- فانيلا

كريما الزبدة

- نصف كوب من الكاراميل
- ٢٠٠غ من الزبدة في حرارة الغرفة
- فانيلا
- شوكولا بيضاء مبشورة
- كوب من الفستق الحلبي المفروم خشناً

التحضير

يخفق بياض البيض ويضاف إليه السكر تدريجياً للحصول على مرانغ لامع وجامد. يخفق صفار البيض ويضاف إليه السكر تدريجياً للحصول على خفيق ناعم. يضاف إليه الماء الساخن والدقيق والفانيلا. يضاف مرانغ البيض إلى مزيج صفار البيض ويخلط معه للحصول على خفيق ناعم وخفيف. يسكب هذا الخفيق في صينية مستطيلة حجمها ٢٢-٣٢ سم ومبطنة بورق البارشمان.

يخبز الجاتوه لمدة ١٥ دقيقة تقريباً في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى يصبح سطحه وردي اللون. تخرج الصينية من الفرن ويقلب الجاتوه وينزع عنه ورق البارشمان.

يترك الجاتوه ليفتر، ثم يلف بمنشفة ويترك ليبرد تماماً.

تحضر كريما الزبدة. يدهن الجاتوه بكريما الزبدة. يرش الفستق المطحون فوق الكريما ثم يلف الجاتوه مثل الجذع. يدهن الجاتوه الملفوف بما تبقى من كريما الزبدة ثم تحزز شقوق طويلة فيه بواسطة الشوكة لمنحه شكل الجذع. يزين الجاتوه برقاقات الشوكولا البيضاء.

يربط شريط أخضر مصنوع من معجون السكر حول الجاتوه ويزين بالكرز المسكّر.

تحضير كريما الزبدة

يسخن نصف كوب من السكر في مقلاة غير لاصقة ليصبح ذهبي اللون. تضاف إليه ملعقتا طعام من الزبدة وربع كوب من الكريما الطازجة أو الحليب الكثيف. يخلط الكل معاً للحصول على صلصة الكاراميل. تترك هذه الصلصة جانباً حتى تبرد تماماً.

تخفق الزبدة لتصبح خفيفة. تضاف إليها صلصة الكاراميل المحضرة ويتابع الخفق للحصول على كريما لذيذة. تضاف الفانيلا.

ملاحظة: للحصول على الكرز المسكّر، تجفف كل حبة كرز جيداً بفوطة ورقية ثم تغمس في بياض البيض وبعدها في السكر. تترك حبات الكرز طوال الليل حتى تجف.

جاتوه الدراق مع اللوز

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص

- بياض ٥ بيضات في حرارة الغرفة مع ربع كوب من السكر، صفار ٥ بيضات في حرارة الغرفة مع نصف كوب من السكر
- ثلاثة أرباع الكوب من الدقيق المتعدد الاستعمالات
- كوبان ونصف الكوب من الكريما الطازجة مخفوقة مع كوب من السكر الناعم
- كوب من اللوز المكسر والمحمص
- علبة من كومبوت الدراق المصفى والمقطع إلى شرائح، أوراق شوكولا للزينة

التحضير

يخفق بياض البيض ليصبح خفيفاً وكثير الرغوة. يضاف إليه السكر تدريجياً ويتابع الخفق للحصول على مرانغ لامع وجامد.

يخفق صفار البيض مع السكر ليصبح شاحب اللون. يضاف إليه الدقيق والفانيلا. يضاف من ثم مرانغ البيض إلى مزيج صفار البيض ويحرك الكل بواسطة ملوق بلاستيكي أو ملعقة خشبية.

يدهن قالب جاتوه مستطيل حجمه ٢٤-٢٠ سم بالزيت ثم يبطن قعره بورق البارشمان. يسكب مزيج الجاتوه في القالب ويخبز في الفرن لمدة ٢٠ إلى ٢٥ دقيقة تقريباً. يخرج الجاتوه من الفرن ويقلب على مصبح حديدي فيما لا يزال فاتراً وتنزع عنه ورقة البارشمان. يقطع الجاتوه أفقياً إلى ٣ طبقات. تخفق الكريما الطازجة مع السكر لتصبح ناعمة. تدهن طبقات الجاتوه بهذه الكريما وتوزع عليها شرائح الدراق المفرومة.

تدهن الطبقة الثالثة من الجاتوه بالكريما، كما تدهن حوافه بهذه الكريما ويرش عليها اللوز المحمص. يزين سطح الجاتوه بشرائح الدراق ويزين وسطه بورود الكريما المسكوبة بكيس حلويات مزود برأس معدني زخرفي. يزين الجاتوه بأوراق الشوكولا ومسحوق الكاكاو.

تورتة الشوكولا والتفاح

الكمية تكفي ٨ أشخاص

- ٤٠٠غ من عجينة الباف، ٦ تفاحات صفراء
- ١٠٠غ من الشوكولا السوداء نصف الحلوة
- ربع كوب من الكريما الطازجة السائلة
- ربع كوب من الزبدة، بيضة واحدة مخفوقة
- ٣ ملاعق طعام من اللوز المطحون
- نصف كوب من السكر
- ملعقة طعام من نشاء الذرة

التحضير

يحمى الفرن لغاية ٤٥٠ درجة فهرنهايت. لتحضير كريما الشوكولا، تفرم الشوكولا ناعماً إلى قطع صغيرة. تسخن الكريما في قدر وتضاف إليها الشوكولا المفرومة مع ملعقة طعام من الماء للحصول على كريما ناعمة. وفيما لا يزال المزيج ساخناً، تضاف إليه ملعقتا طعام من الزبدة مع البيضة المخفوقة واللوز المطحون وربع كوب من السكر وملعقة نشاء الذرة. ترق عجينة الباف على شكل دائرة أو مستطيل للتطابق مع حجم صينية قطرها ٣٠ إلى ٣٢ سم. كما يمكن تقطيع عجينة الباف إلى دوائر صغيرة (كما هو مبين في الصورة) على أن تكون سماكتها ٢ إلى ٣مم. تدهن الصينية بالماء بمساعدة فرشاة خاصة ثم توضع فيها العجينة المحضرة وتوخز بالشوكة. تقشر التفاحات وتقطع إلى شرائح رقيقة. توزع كريما الشوكولا فوق التورتة المخبوزة، ثم تصف فوقها شرائح التفاح ويرش عليها السكر مع القليل من الزبدة. تخبز التورتة لمدة ٣٠ إلى ٣٥ دقيقة أو حتى تميل حواف التورتة إلى الاحمرار. تقدم التورتة فاترة.

بتي فور

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص

- ٢٢٥غ من الزبدة
- ٣ أكواب من الدقيق المتعدد الاستعمالات
- كوب من السكر الناعم
- بيضة إلى بيضتين
- ملعقتان صغيرتان من الباكينغ باودر
- ربع ملعقة صغيرة من الفانيلا

التحضير

يخفق السكر الناعم مع الفانيلا والزبدة. يضاف البيض والدقيق والباكينغ باودر ويخلط الكل للحصول على عجينة طرية. توضع العجينة في مكبس خاص بالبسكويت والبتي فور أو في كيس حلويات مزود برأس زخرفي. تسكب العجينة في أشكال جميلة وتصف هذه الأشكال في صينية مدهونة قليلاً بالزيت. تخبز قطع البتي فور في فرن معتدل الحرارة حتى تصبح وردية اللون قليلاً.

للحصول على بسكويت بنكهة الكاكاو، يحذف مقدار نصف كوب من الدقيق من المكونات ويستبدل بنصف كوب من مسحوق الكاكاو. ملاحظة: يمكن إضافة القرفة وجوزة الطيب إلى المزيج. يمكن إضافة نصف كوب من الدقيق إلى العجينة إذا كانت طرية جداً.

يتوافر المكبس الخاص بالبتي فور في السوبرماركت أو محلات الأدوات المنزلية.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

لفافة اللحم مع الخضار

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

كيلوغرام إلى كيلوغرام ونصف الكيلوغرام من لحم البقر الهبر
نصف ملعقة صغيرة من البهار الأسود
رشة ملح
نصف رأس من الفليفلة الخضراء المفرومة
نصف رأس من الفليفلة الحمراء المفرومة
جزرتان متوسطتان مفرومتان
٢ إلى ٣ حبات قطر كبيرة مفرومة
بصلة متوسطة مفرومة
ربع ملعقة صغيرة من البهار الحلو
ملعقة إلى ملعقتيّ طعام من الزبدة لقلي لفافات اللحم
٢ إلى ٣ ملاعق طعام من زيت الزيتون
مكعب من مرقة اللحم أو الدجاج
كوب من الماء
ملعقة طعام من الخردل
ملعقة طعام من الدقيق

التحضير

تسخن الزبدة مع الزيت في مقلاة على النار، ويقلى البصل مع الفليفلة الخضراء والحمراء، والجزر والفطر. يرش عليها الملح والبهار، ثم ترفع الخضار عن النار وتوضع جانباً.

تفتح قطعة اللحم بمساعدة سكين للحصول على مستطيل كبير، ثم تسطّح قليلاً للحصول على شريحة رقيقة من اللحم. يرش عليها الملح والبهار.

توزع الخضار المقلية فوق شريحة اللحم ثم تلف على شكل جذع. تربط لفافة اللحم بخيط وتقلى في الزيت حتى تصبح ذهبية اللون من كل الجهات. يرش عليها البهار الأسود ثم تدهن بالخردل وتخبز في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت لمدة ٣٥ إلى ٤٠ دقيقة للتأكد من نضوج لفافة اللحم من الداخل. ينصح بقلب لفافة اللحم بين الحين والآخر أثناء خبزها في الفرن للحؤول دون احتراقها من الأسفل. تخرج لفافة اللحم من الفرن وتترك لترتاح وهي مغطاة لمدة ٢٠ دقيقة. ينزع بعدها الخيط عنها وتقطع إلى شرائح رقيقة وتقدم مع الخضار.

طبق الخضار الجانبي

رأس فليفلة أحمر مفروم خشناً
رأس فليفلة أخضر مفروم خشناً
جزرتان مفرومتان خشناً
بصلة واحدة مفرومة خشناً
٤ إلى ٥ حبات قطر طازجة مفرومة خشناً

تقلى كل هذه الخضار في القليل من الزيت، ثم تضاف إليها ملعقتا طعام من الخل الحلو وتطهى على النار. تقدم هذه الخضار مع لفافة اللحم.

لإعداد الصلصة، يضاف مكعب المرقة مع كوب من الماء الساخن إلى الصينية التي استخدمت لخبز لفافة اللحم. توضع الصينية على النار حتى تغلي المرقة. تضاف إليها ملعقة صغيرة من الخردل وملعقة صغيرة من الدقيق. يطهى الكل للحصول على صلصة متوسطة الكثافة. تقدم هذه الصلصة مع شرائح اللحم والأرز إذا شئت.

حساء ثمار البحر

٥ إلى ٦ أكواب من مرقة السمك

٣ إلى ٤ أنواع من السمك المنظف والمغسول والمصفى على أن يكون الوزن الإجمالي كيلوغرام أو كيلوغرام ونصف الكيلوغرام

لحم كركند واحد (يقطع لحم الذيل والمخالب إلى قطع صغيرة)

٢٠٠غ من القريدس المتوسط، المقشر والمنظف والمغسول

٢٠٠غ من المحار المتوسط الحجم

ملعقة طعام من معجون البندورة (الطماطم)

رأسان من البندورة (الطماطم)، مقشران ومفرومان

بصلة متوسطة مفرومة وفصان من الثوم

رأس كراث

كوب من زيت الزيتون

ورقة أو ورقتا غار

٥ إلى ٦ حبات من الفلفل الأسود

ملعقتا طعام من دقيق الذرة، ملح

٤ إلى ٥ قطرات من صلصة التاباسكو الحريفة

رشة من الزعفران.

التحضير

يسخن زيت الزيتون في القدر. يضاف إليه البصل والثوم والكراث. يقلى الكل حتى يصبح اللون شاحباً.

تضاف البندورة ومعجون البندورة والملح وورق الغار وحبات الفلفل. يطهى الكل لبضعة دقائق.

تضاف مرقة السمك والتوابل حسب الذوق، ويطهى الحساء حتى تنضج كل الخضار.

يوضع الحساء في الخلاطة الكهربائية ويهرس للحصول على مزيج قشدي. يضاف المزيد من مرقة السمك حسب الحاجة. يعاد الحساء إلى القدر، وتضاف إليه قطع السمك والمحار والقريدس والكركند ورشة من الزعفران. يطهى الكل معاً حتى تنضج ثمار البحر، ثم تضاف صلصة التاباسكو لجعل الحساء حريفاً حسب الرغبة.

يقدم الحساء مع الخبز المحمص بالثوم.

ملاحظة: تعمد بعض المطاعم إلى إخراج ثمار البحر من الحساء وتقديمها في طبق منفصل مع الحساء.

يمكن استعمال ٣ أو ٤ أنواع مختلفة من السمك المتوافر في الأسواق. لكن السلطان ابراهيم هو أحد الأنواع الضرورية الواجب استعمالها. يمكن تحضير الخبز المحمص بالثوم من خلال بسط الزبدة على شرائح الخبز ومن ثم وضعها في الفرن لمدة ٥ إلى ٧ دقائق. تخرج الشرائح من الفرن ويبسط عليها الثوم المهروس وتعاد إلى الفرن لمدة دقيقتين أو ثلاث دقائق. تقدم هذه الشرائح ساخنة مع الحساء.

التفاح الأحمر المحشو

الكمية تكفي ٦ أشخاص

كوب من السكر الناعم

كوب من الماء

٦ تفاحات صفراء متوسطة الحجم، مقشرة ومنظفة من البذور

ملوّن طعام أحمر

بياض ٣ بيضات + ٣ ملاعق طعام من السكر

شراب أحمر للزينة

الحشوة

نصف كوب من الجوز المطحون

ربع ملعقة صغيرة من القرفة

ربع كوب من السكر الناعم

تخلط هذه المكونات معاً للحصول على الحشوة.

التحضير

توضع التفاحات المقشرة والمنظفة من البذور في القدر. يضاف إليها السكر والماء وملوّن الطعام الأحمر. تطهى التفاحات حتى تصبح حمراء وتنضج جزئياً. ترفع التفاحات من القدر وتصفى في مصفاة، ثم يحشى الجزء الوسطي من كل تفاحة بحشوة الجوز بعناية. تصف التفاحات المحشوة في صينية.

يخفق بياض البيض للحصول على مرانغ. يضاف إليه السكر تدريجياً ويتابع الخفق للحصول على مرانغ لامع وجامد. يوضع هذا المرانغ في كيس حلويات ويسكب فوق كل تفاحة بشكل زخرفي. يحمى الفرن لغاية ٣٧٥ درجة فهرنهايت وتخبز فيه التفاحات حتى يصبح المرانغ وردي اللون. تخرج التفاحات من الفرن ويسكب فوقها الشراب الأحمر قبل التقديم.

تورتة الصنوبر بالكاكاو

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

كوب ونصف الكوب من الدقيق (على أن تستعمل ملعقتا طعام منه للرش على الطاولة)

١٢٥غ من الزبدة الباردة، ملعقتا طعام من السكر الناعم

رشة ملح، صفار بيضة

الحشوة

١٢٥غ من الصنوبر

نصف كوب من برش جوز الهند

نصف كوب من الزبيب الأصفر

٣ بيضات كبيرة في حرارة الغرفة

١٢٥غ من الزبدة المذوّبة

نصف كوب من السكر الناعم

فانيلا وملعقتا طعام من الشراب المنكّه

تحضير العجينة:

يوضع الدقيق والزبدة والسكر الناعم والملح في خلاط الطعام ويضاف إليها صفار البيضة. يخلط الكل جيداً للحصول على عجينة متماسكة في زاوية واحدة من وعاء الخلاط. تلف العجينة بورقة نايلون وتحفظ في الثلاجة لمدة نصف ساعة إلى ساعة.

التحضير

ينقع الزبيب في ملعقتيّ طعام من الشراب المنكّه لمدة ساعة كاملة، ثم يصفى. في وعاء آخر، تخلط الزبدة المذوبة مع السكر للحصول على مزيج قشدي ناعم. يضاف إليه البيض، بمعدل بيضة واحدة كل مرة، ثم يضاف برش جوز الهند والزبيب المنقوع. يحمى الفرن لغاية ٤٥٠ درجة فهرنهايت أو ٢١٠ درجة مئوية أو غاز رقم ٧. ترق العجينة فوق سطح مرشوش بالدقيق ثم تنقل إلى قالب تورتة قطره ٢٦ إلى ٢٨ سم. يوخز قعر التورتة بالشوكة ثم تسكب فوقه الحشوة المحضرة. يرش عليها الصنوبر على أن يقحم قليلاً داخل الحشوة وتخبز التورتة في الفرن لمدة ١٠ دقائق. تخفف بعدها حرارة الفرن لتصبح ٣٥٠ درجة فهرنهايت ويتابع خبز التورتة لمدة ٢٠ دقيقة إضافية حتى يصبح سطحها وردي اللون وتنضج من الداخل. تخرج التورتة من الفرن وتفرغ من القالب ويرش عليها السكر الناعم.

معمول المدّ بالتمر

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص

نصف كيلوغرام من السميد

نصف كيلوغرام من دقيق الفرخة

٤٥٠غ من السمنة أو الزبدة المذوبة

ملعقة صغيرة من الخميرة الفورية

نصف ملعقة صغيرة من المحلب

نصف كوب من السكر

ربع كوب من مسحوق الحليب

كوب من الماء الفاتر

نصف ملعقة صغيرة من الباكينغ باودر

الحشوة

كيلوغرام من التمر المنزوع النوى والمهروس

نصف ملعقة صغيرة من جوزة الطيب

ملعقة طعام من الزبدة

كوب من الجوز المطحون (اختياري)

التحضير

لتحضير الحشوة، يخلط التمر المهروس مع الجوز المطحون (في حال استعماله) والسكر وجوزة الطيب للحصول على مزيج ناعم قابل للمدّ.

لتحضير عجينة المعمول، يخلط السميد مع دقيق الفرخة، والسمنة أو الزبدة، والخميرة، والمحلب، والسكر، وبودرة الحليب، والباكينغ باودر والماء للحصول على عجينة متوسطة الليونة.

تحضر صينية قطرها ٢٦ إلى ٢٨ سم وتدهن بالقليل من الزيت. تسكب فيها نصف كمية عجينة المعمول المحضر وتسطح بمتن اليدين المبللتين بالماء. توزع من ثم حشوة التمر بالتساوي فوق العجينة لتغطى بعدها بالنصف الباقي من عجينة المعمول. يسوّى سطح المعمول باليدين. تحزز شقوق أفقية وعمودية في سطح العجينة بمساعدة الشوكة قبل خبزها في فرن حرارته ٣٥٠ إلى ٣٧٥ درجة فهرنهايت لمدة ٣٠ إلى ٣٥ دقيقة حتى يصبح سطحها وردي اللون قليلاً. تخرج الصينية من الفرن وتترك لتبرد ثم تقطع بمشحاف معدني إلى مربعات صغيرة.

قطع السابليه مع الكريما والفستق

الكمية تكفي ٨ أشخاص

١٢٥غ من الزبدة مقطعة إلى مكعبات صغيرة

ثلاثة أرباع الكوب من السكر الناعم

بيضة واحدة، فانيلا

ملعقة صغيرة من الباكينغ باودر

كوبان من الدقيق المتعدد الاستعمالات

الكريما

بيضة واحدة، كوب من الحليب

٣ ملاعق طعام من الدقيق

٣ ملاعق طعام من السكر الناعم

١٢٥غ من الزبدة في حرارة الغرفة، فانيلا

فستق حلبي مطحون للزينة

برش جوز الهند للزينة، كرز أحمر للزينة

التحضير

يخلط الدقيق مع الزبدة، والسكر الناعم، والبيض، والفانيلا، والباكينغ باودر في خلاط الطعام للحصول على عجينة متوسطة الليونة. تغطى العجينة وتترك لترتاح ساعة كاملة في الثلاجة. ترق العجينة فوق سطح مكسو قليلاً بالدقيق للحصول على دائرة كبيرة. تقطع هذه العجينة بقطاعة البسكويت المغموسة في الدقيق للحصول على مقادير متساوية من دوائر البسكويت الكاملة ودوائر البسكويت المفتوحة في وسطها.

تدهن صينية خبز بالقليل من الزيت وتصف فيها دوائر البسكويت وتخبز في الفرن حتى تصبح وردية قليلاً.

تحضير الكريما

يحضر الكاسترد بطهو الحليب مع الدقيق، والبيض، والسكر في قدر على النار للحصول على صلصة كثيفة. يسكب هذا الكاسترد في طبق عريض ويغطى بورق النايلون ويترك ليبرد.

تضاف إليه الزبدة والفانيلا ويخلط المزيج للحصول على كريما خفيفة. تدهن قاعدة كل قطعة بسكويت بهذه الكريما ثم تغطى بقطعة البسكويت المفتوحة في وسطها. تدهن جوانب كل قطعة محشوة بالمزيد من الكريما ثم تغمس في برش جوز الهند ويزين وسطها بالفستق المطحون وحبة كرز حمراء.

أم علي (حلوى مصرية)

علبة من العجينة الجاهزة PUFF PASTRY

ليتر واحد من الحليب الكامل الدسم

كوب من السكر

علبة صغيرة من القشدة الطازجة

كوب ونصف الكوب من خليط الزبيب والفستق واللوز والصنوبر.

التحضير

تفتح العجينة الجاهزة قليلاً للحصول على شكل مستطيل، وتنقل العجينة إلى صينية مستطيلة.

تخبز العجينة في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى تصبح ذهبية اللون.

تكسر العجينة المخبوزة إلى قطع متوسطة الحجم وتوضع في طبق زجاجي مقاوم للحرارة ومتوسط الحجم بحيث لا يتعدى ارتفاع العجينة منتصف الطبق الزجاجي.

يغسل الزبيب والصنوبر ويوضعان في مصفاة. يسلق الفستق واللوز لمدة دقيقتين، ثم يقشران ويوضعان مع الزبيب والصنوبر في مصفاة. يغلى الحليب بعد تحليته.

تضاف المكسرات إلى العجينة، ثم يسكب الحليب فوقها مع علبة القشدة الطازجة. يخبز الكل في فرن متوسط الحرارة حتى يحمرّ أعلى المزيج.

تقدم الحلوى ساخنة.

ملاحظة: يمكن تقديم القليل من الحليب المحلّى في طبق جانبي مع هذه الحلوى إذا كان الحليب قليلاً.

يجب تقديم الحلوى مباشرة بعد الإعداد كي لا يجف الحليب، خصوصاً أنه جزء أساسي من مكونات الحلوى.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

أرز بالحمص واللحم

٣ أكواب من الأرز الطويل الحبة

كيلوغرام من لحم البقر أو الغنم المقطع

٤ بصلات حمراء متوسطة

كوب ونصف الكوب من الحمص المقشر (المفقوش)

كوب من السمن أو من مزيج الزبدة والزيت

عودان من القرفة.

التحضير

يغسل الأرز وينقع في الماء المغلي مع الملح.

يقشر البصل ويفرم، ثم يقلى في الزيت حتى يصبح لونه شاحباً.

يقطع اللحم إلى قطع ويضاف إلى البصل ويقلى الاثنان معاً إلى أن يتغير لون اللحم. يضاف الحمص ويقلى الكل لبضعة دقائق إضافية فوق نار متوسطة.

تضاف كمية كافية من الماء لغمر محتويات القدر، ويضاف الملح وعوديّ القرفة. يطهى الكل حتى ينضج اللحم.

يغسل الأرز ويشطف. ثم يسكب فوق اللحم، وتضاف نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض. تضاف من ثم كمية كافية من الماء لغمر الأرز، وتغطى القدر وتوضع أولاً فوق نار قوية. تخفف بعدها النار ويطهى الأرز إلى أن يمتص كل الماء وينضج جيداً.

يرفع الأرز بعناية من القدر ويسكب في طبق التقديم، ثم يزين بقطع اللحم والمزيد من حبات الحمص.

يقدم هذا الطبق مع اللبن وسلطة الخضار الطازجة.

الدجاج المحشو بورق العنب والكوسا

دجاجة متوسطة الحجم

بصلة صغيرة

١٠٠غ من اللحم المفروم على نحو متوسط

ربع كوب من الأرز المصري، المغسول والمصفى، ونصف كوب الماء

ربع ملعقة صغيرة من الملح

ربع ملعقة صغيرة من السبع بهارات

ربع ملعقة صغيرة من البهار الحلو

ملعقتا طعام من الزبدة + ملعقتا طعام من الزبدة أو السمن النباتي لقلي الدجاج

ملعقة طعام من الصنوبر + ملعقة طعام من اللوز المقلي في الزبدة.

التحضير

يقلى اللوز والصنوبر، ويوضعان جانباً.
تغسل الدجاجة وتجفف.
تحضر الحشوة بقلي البصل قليلاً مع الزبدة، ومن ثم إضافة اللحم. وحين يتغير لون اللحم، يضاف الأرز ويتابع الخلط.
تضاف التوابل والملح والماء، ويطهى الكل فوق نار خفيفة إلى أن يمتص الأرز الماء.
يخلط الصنوبر واللوز مع الحشوة.
يفتح تجويف الدجاجة ويرش فيه القليل من الملح والفلفل.
تحشى الدجاجة بالحشوة السابقة، وتربط الساقان جيداً بخيط. يغلق تجويف الدجاجة أيضاً بإحكام باستعمال الخيط.
توضع الزبدة أو السمن النباتي في قدر وتقلى فيها الدجاجة حتى يصبح لونها ورديّاً. توضع الدجاجة جانباً ويتم الاحتفاظ بزيت القلي.

حشوة ورق العنب والكوسا

٢٠٠غ من اللحم المفروم على نحو متوسط

كوب من الأرز المصري

بصلة صغيرة مفرومة ناعماً

نصف ملعقة صغيرة من البهار الحلو

ربع ملعقة صغيرة من القرفة

ملح وربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود وربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر

ملعقة طعام من معجون البندورة (الطماطم) وكمية كافية من الماء لخلط الحشوة

كيلوغرام من الكوسا المنظف من الداخل

٢٠٠غ من ورق العنب المغسول والمعصور (إذا كانت الأوراق طازجة، يجب غمسها في المياه المغلية ومن ثم شطفها بالماء البارد).

التحضير

تحضر الحشوة وتستعمل لحشو الكوسا وورق العنب.
يوضع الكوسا في قعر قدر كبيرة، وتوضع فوقه الدجاجة المقلية بحيث تكون في الوسط. يرصف ورق العنب المحشو حول الدجاجة.
تضاف كمية كافية من الماء الساخن لغمر محتوى القدر.
توضع القدر فوق النار، وحين يبدأ محتواها بالغليان، يضاف القليل من الملح. تخفف النار ويطهى المحتوى حتى تنضج الدجاجة (يصبح اللحم طرياً) وينضج الكوسا وورق العنب.
تترك القدر جانباً لمدة ربع ساعة، ثم تخرج الدجاجة وتنزع عنها الخيوط. توضع الدجاجة وسط طبق تقديم كبير، ويرصف حولها الكوسا وورق العنب المحشو.
يقدم هذا الطبق مع اللبن والسلطة الموسمية الطازجة.
إنها وجبة لذيذة جداً وملائمة للدعوات أو اللقاءات العائلية في أوقات الغداء أو العشاء.

غراتان القنبيط بالدجاج

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

- رأس قنبيط (زهرة) متوسط الحجم
- دجاجة متوسطة الحجم مسلوقة مع المطيبات
- بصلة متوسطة مفرومة ومقلية في الزيت والزبدة
- كوبان من الفطر المفروم (يفضل أن يكون طازجاً)
- نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الابيض
- نصف ملعقة صغيرة من البهار الحلو ، صلصة بيضاء
- ١٠٠غرام من الجبنة المتنوعة (غروير وموزاريلا وقشقوان أو شيدار)
- بقدونس للزينة.

التحضير

يقطع رأس القنبيط إلى زهيرات صغيرة وتسلق في الماء لمدة ٣ إلى ٤دقائق، ثم تغسل تحت الماء الجاري من الحنفية (الصنبور).
تسلق الدجاجة وينزع اللحم عن العظام لتفتيته إلى قطع صغيرة. يفرم البصل ويقلى في الزيت والزبدة. يضاف إليه الفطر المفروم ولحم الدجاج ويطهى الكل لبعض الوقت. يرفع المزيج عن النار ثم تضاف التوابل.
يخلط مزيج الدجاج والفطر مع القنبيط.
يدهن قعر صينية زجاجية مقاومة للحرارة بالزبدة ويسكب فيها مزيج القنبيط والدجاج. تسكب الصلصة البيضاء في الأعلى ثم ترش فوقها الجبنة. تخبز الصينية في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى يصبح سطح الغراتان وردي اللون وتذوب الجبنة. يزين الطبق بالبقدونس المفروم ويقدم مع السلطة الخضراء والأرز.

الصلصة البيضاء

- ملعقتا طعام من الدقيق (الطحين)
- كوب ونصف الكوب من الزبدة
- كوب ونصف الكوب من مرقة الدجاج
- نصف كوب من القشدة
- ملح ورشة من جوزة الطيب.

التحضير

تسخن الزبدة في قدر ويضاف اليها الدقيق ويقلى معها حتى تفوح رائحة الزبدة.
تضاف مرقة الدجاج والقشدة مع الملح (اذا لزم الأمر) وجوزة الطيب. يطهى المزيج حتى تظهر الفقاقيع فيه. ترفع القدر عن النار.

حساء الكرفس والجزر

الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص

- نصف كيلوغرام من الجزر المقشر والمبشور
- عودا كرفس مفرومان
- بصلة متوسطة مفرومة
- ملعقتا طعام من الزبدة
- ٤ إلى ٥ أكواب من مرقة الدجاج
- ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض
- ملح حسب الحاجة، نصف كوب من القشدة الطازجة (اختياري).

التحضير

تسخن الزبدة في قدر ويقلى فيها البصل حتى يصبح شاحب اللون.
يضاف الجزر المبشور والكرفس ويقليان في الزبدة لبعض الوقت.
تضاف مرقة الدجاج ويطهى الحساء حتى تنضج الخضار جيداً. تضاف بعدها ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض.
يهرس الحساء في الخلاط ليصبح قوامه ناعماً وقشدياً.
تضاف القشدة الطازجة إلى الحساء وتخلط معه (إذا شئت).
يسكب الحساء في أطباق ويزين بمكعبات الجزر والكرفس المسلوقة. يقدم الحساء مع الخبز المحمص.

سندويش الجبنة الزرقاء

الكمية تكفي شخصاً واحداً

- ٥٠ إلى ٧٥ غراماً من جبنة الروكفور الزرقاء
- زبدة، جوز مفروم خشناً
- أوراق خس مفتتة إلى قطع صغيرة
- عنب أحمر أو أبيض، صلصة الجبنة الزرقاء
- رغيف خبز فرنسي مشطور أفقياً إلى شريحتين
- كوب من حبات العنب الأحمر أو الأبيض المشطورة إلى نصفين

التحضير

يقطع رغيف الخبز إلى شريحتين، وتبسط فوقهما الزبدة ومن ثم جبنة الروكفور الزرقاء المفتتة. يرش فوقها الجوز المفروم خشناً.
يقدم هذا السندويش مع أوراق الخس الملونة المفتتة إلى قطع صغيرة والممزوجة مع حبات العنب وصلصة الجبنة الزرقاء.

صلصة الجبنة الزرقاء

- نصف كوب من المايونيز
- ربع كوب من القشدة الرائبة
- ملعقة طعام من البصل الأخضر المفروم
- ملعقة طعام من البقدونس الطازج المفروم
- ملعقة طعام من عصير الليمون الطازج أو الخل، ربع ملعقة صغيرة من صلصة وورشستر
- رشة من الفلفل الأحمر المطحون
- ملح وفلفل أسود حسب الذوق
- ٥٠غ من الجبنة الزرقاء.

التحضير

تهرس كل هذه المكونات مع بعضها في خلاط الطعام باستثناء الجبنة الزرقاء.
تضاف بعدها الجبنة الزرقاء ويخلط المزيج حتى الحصول على القوام المطلوب.

روستو مع قمر الدين

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

- نصف كيلوغرام من لحم الكبة الهبر المطحون
- شريطان من قمر الدين
- نصف كوب من اللوز المقشر والمطحون
- نصف كوب من الكعك المطحون
- نصف كوب من الحليب
- ثلاثة أرباع الكوب من الزيت أو السمن
- ملح، نصف ملعقة صغيرة من البهار الحلو، ملعقة صغيرة من القرفة.

التحضير

يخلط اللحم مع الملح والتوابل والحليب والكعك المطحون. تحضر ورقة ألمنيوم كبيرة ويدهن سطحها بالماء. يحوّل خليط اللحم إلى شكل رغيف مستطيل. يلف رغيف اللحم بشريطين من قمر الدين، عرض كل منهما ٤ سم، مع ترك مساحات فارغة قدرها ١٠ سم بين الشريطين. يرش اللوز المطحون فوق هذه المساحات الفارغة. يدهن سطح رغيف اللحم وأسفله بالزيت، ثم تدهن صينية الخبز بالزيت. يغطى رغيف اللحم بورقة الألمنيوم ويخبز في فرن حرارته ٣٠٠ درجة فهرنهايت حتى ينضج اللحم. ينقل رغيف اللحم إلى طبق التقديم ويقطع إلى شرائح ويقدم مع البطاطا المقلية والخضار.

مرقدة في الفرن

٤ أكواب من الحليب

ربع كوب من الأرز المصري

ثلاثة أرباع الكوب من السكر

نصف كوب من الماء البارد

ملعقة طعام من ماء الزهر، رشة مسكة.

التحضير

يغسل الأرز ويوضع في مقلاة أو قدر كبيرة. يضاف الماء ويطهى فوق نار متوسطة حتى يجري امتصاص كل الماء.

يضاف الحليب إلى الأرز ويخلطان بملعقة خشبية فوق نار متوسطة لبضعة دقائق. يضاف من ثم السكر تدريجياً ويطهى الكل لمدة ١٥ إلى ٢٠ دقيقة شرط التحريك باستمرار لتفادي التصاق الأرز في قعر القدر.

تخفف النار ويترك محتوى القدر يغلي برفق لمدة ساعتين، شرط تحريكه من حين إلى آخر. ترفع القدر عن النار ويضاف ماء الزهر والمسكة إلى محتواها.

يسكب المزيج في طبق زجاجي مقاوم لحرارة الفرن ويخبز في فرن خفيف الحرارة (٢٠٠ درجة فهرنهايت) إلى أن يصبح كثيفاً وسطحه وردي اللون قليلاً.

يزين الطبق باللوز والفستق الحلبي والصنوبر المقلي ويقدم ساخناً مباشرة من الفرن.

سلطة المعكرونة بالخضار

الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص

- ٢٥٠غ من معكرونة بيني penne
- رأسا كوسا مقطعان إلى شرائح طويلة ورفيعة
- رأس باذنجان كبير مقشر ومقطع إلى شرائح طويلة ورفيعة
- جزرتان مسلوقتان ومقطعتان إلى شرائح طويلة ورفيعة
- رأس فلفل أخضر مقطع إلى شرائح طويلة ورفيعة
- رأس فلفل أحمر مقطع إلى شرائح طويلة ورفيعة
- نصف كوب من الفطر المفروم
- بصلة متوسطة مقطعة إلى شرائح
- ٣ فصوص ثوم مهروسة
- ٨ إلى ١٠ حبات زيتون سوداء خالية من النوى
- نصف كوب من زيت الزيتون
- أعشاب ريفية
- ملح وفلفل أبيض.

التحضير

تسخن كمية كافية من الماء مع ملعقة طعام من الملح وملعقتيّ طعام من زيت الزيتون. تسلق المعكرونة في الماء المغلي حتى تنضج تقريباً، ثم تغسل وتصفى وتوضع جانباً.

يسخن زيت الزيتون وتقلى فيه شرائح الباذنجان والكوسا، وكذلك شرائح الفلفل الأحمر والأخضر، والبصل والثوم. تخلط الخضار المقلية مع الملح والفلفل الأبيض. يضاف إليها الجزر والفطر. تخلط المعكرونة مع الخضار، وترش فوقها الأعشاب الريفية والزيتون الأسود. تنثر شرائح جبنة البارميسان في الأعلى. يقدم هذا الطبق بمثابة سلطة خفيفة مع أي طبق من أطباق اللحم.

ملاحظة: يمكن استعمال الحبق الطازج بدل الأعشاب الريفية. لتفادي امتصاص الباذنجان للكثير من الزيت أثناء القلي، يمكن رشه بالملح وتركه جانباً لمدة نصف ساعة، ومن ثم غسله وتصفيته قبل القلي.

فطائر مراكش الحريفة

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

- ٣ أكواب من الدقيق ، ملعقة صغيرة من الخميرة الفورية
- ثلاثة أرباع الكوب من الماء البارد
- ربع كوب من الزيت النباتي، نصف ملعقة صغيرة من الملح.

الحشوة

- ٢٥٠غ من لحم الغنم الهبر، ٢٥٠غ من لحم الدجاج
- رأسا بندورة (طماطم) متوسطا الحجم، مقطعان إلى مكعبات صغيرة
- بصلتان متوسطتا الحجم، نصف كوب من السمن أو الزبدة، رأسان من الفلفل الأخضر الحريف، مفرومان
- نصف رأس من الفلفل الأخضر الحلو المقطع إلى مكعبات صغيرة
- نصف رأس من الفلفل الأحمر الحلو المقطع إلى مكعبات صغيرة
- ملعقة صغيرة من معجون البندورة (الطماطم)
- نصف كوب من الزيتون الأسود المنزوع النوى
- ملعقة طعام من عصير الليمون، رشة ملح ، نصف ملعقة صغيرة من البهار
- نصف ملعقة صغيرة من القرفة.

التحضير

ينخل الدقيق في وعاء ويضاف إليه الزيت ويخلط معه جيداً. تذوب الخميرة في الماء مع نصف ملعقة صغيرة من الملح. تضاف الخميرة إلى الدقيق ويدعك الاثنان معاً للحصول على عجينة متماسكة. تغطى العجينة بفوطة مطبخ وتترك جانباً حتى ترتاح. يقطع لحم الغنم الهبر ولحم الدجاج إلى قطع صغيرة جداً. يفرم البصل والفلفل الحلو والحريف ناعماً. يسخن السمن في قدر ويقلى فيها اللحم والدجاج. يضاف إليه البصل والفلفل الحلو والحريف. يطهى الكل معاً بعد إضافة رشة ملح ونصف ملعقة صغيرة من البهار الحلو ونصف ملعقة صغيرة من القرفة. يفرم اللحم والدجاج بالماء والصلصة. تغطى القدر ويطهى محتواها فوق نار خفيفة حتى ينضج ويمتص معظم المرقة. يضاف حينها الزيتون وعصير الحامض. تخلط هذه الحشوة جيداً وتترك جانباً حتى تبرد. ترق العجينة وتقطع إلى دوائر صغيرة. تترك هذه الدوائر مغطاة لمدة ١٠دقائق. ترصف دوائر العجين في صينية مكسوة بالقليل من الدقيق. تسكب الحشوة فوق دوائر العجين، ثم تنثر حبات الزيتون فوق الحشوة. تخبز دوائر العجين في الفرن حتى تنضج ولكن من دون أن تحمرّ كثيراً. تقدم الفطائر فوراً وهي ساخنة.

حساء البصل في كرات الخبز

الكمية تكفي ٦ أشخاص

- ٦ كرات خبز
- ٦ بصلات مقطعة إلى شرائح رقيقة
- ٦ أكواب من الماء أو مرقة الدجاج
- ٤ملاعق طعام من الزبدة
- نصف كوب من الزيت
- ٤ملاعق طعام من الدقيق (الطحين).
- ملح وفلفل أبيض
- ٣ شرائح من خبز التوست المقطعة إلى ٦ مثلثات
- ٦ملاعق طعام أو ٦ شرائح من جبنة الغرويار.

التحضير

تقطع دوائر الخبز من الأعلى مثل القبعة. يفرغ لب كرات الخبز ويوضع جانباً. يحمى الفرن للدرجة ٢٥٠ فهرنهايت وتحمص فيه كرات الخبز الفارغة لمدة ١٠ دقائق، ثم يطفأ الفرن وتترك كرات الخبز داخله لمدة ساعة كاملة حتى تجف وتصبح جاهزة لأن تكون وعاء للحساء. تسخن الزبدة مع الزيت في قدر ويقلى فيهما البصل حتى ينضج ويصفرّ لونه قليلاً.

يضاف الدقيق ويتابع القلي لبضع دقائق.

يضاف الماء أو مرقة الدجاج، وكذلك الملح حسب الحاجة، ومن ثم الفلفل. يخلط الكل جيداً ويتابع الطهو حتى يتكاثف الحساء قليلاً وتبدأ الفقاقيع بالظهور فيه. لكن يجب أن يبقى الحساء أقل كثافة من اللبن.

إذا كان الحساء كثيفاً جداً، يمكن إضافة القليل من المرق أو الماء إليه.

توضع ملعقة طعام من الجبنة المبشورة أو شريحة منها فوق كل مثلث خبز. تخبز مثلثات الجبنة في الفرن حتى تذوب الجبنة.

يسكب الحساء في كرات الخبز المحمصة ويقدم مع مثلثات الخبز بالجبنة.

مقلوبة الباذنجان باللحم

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

- كيلوغرام من شرائح اللحم الهبر الطري
- كيلوغرام ونصف الكيلو من الباذنجان المدعبل
- ثلاثة أرباع الكوب من السمن أو الزبدة أو الزيت
- كوبان ونصف الكوب من الأرز نصف المطهو
- نصف كوب من الصنوبر أو اللوز، ملح، عود قرفة، كوبان من الماء
- كبش قرنفل.

التحضير

يغسل الأرز وينقع في الماء المغلي مع ملعقة صغيرة من الملح. يشقر الباذنجان أقلاماً ويقطع إلى قطع سماكتها ٢,٥ سم. تنقع قطع الباذنجان في الماء مع ملعقة كبيرة من الملح الخشن.

تسخن السمن في قدر فوق النار ويقلى فيها اللوز أو الصنوبر حتى يشقر قليلاً ثم ينقل إلى طبق. تقلى شرائح اللحم الهبر في السمن نفسها حتى تحمرّ. يضاف إليها مرق الدجاج أو اللحم وتترك القدر فوق نار متوسطة حتى تنضج شرائح اللحم. ترصف شرائح اللحم في قعر قدر كبيرة ويوزع فوقها الصنوبر المقلي، ومن ثم قطع الباذنجان المقلية.

يغسل الأرز ويُصفى ويسكب نصفه فوق طبقة من شرائح الباذنجان. توضع فوقه طبقة أخرى من شرائح الباذنجان ثم يسكب ما تبقى من الأرز. ترش فوقه ملعقة صغيرة من البهار الحلو وملعقة صغيرة من القرفة ورشة من كبش القرنفل مع ما يلزم من الملح وكوبان من الماء المغلي. يوضع صحن زجاجي بالمقلوب فوق محتوى القدر. تغطى القدر وتطهى فوق نار قوية لمدة دقيقتين، ثم تخفف النار وتترك القدر فوقها حتى ينضج الأرز. ترفع القدر عن النار وتلف بقطعة قماش سميكة لمدة خمس دقائق. يرفع بعدها الطبق الزجاجي عن الأرز ويقلب محتوى القدر فوق طبق كبير ويقدم مع اللبن والسلطة.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

الدجاج المحشو بالخضار

الكمية تكفي ٢ إلى ٣ أشخاص

صدرا دجاج مع الجلد

رأس باذنجان واحد مقطع إلى مكعبات صغيرة جداً

رأسان من الكوسا مقطعان إلى مكعبات صغيرة جداً

نصف رأس من الفلفل الأحمر المقطع إلى مكعبات صغيرة جداً

جزرتان مقشرتان ومقطعتان إلى مكعبات صغيرة جداً

فص ثوم مهروس ، رشة ملح ، رشة فلفل أبيض

ملعقة طعام من الزيت لقلي الخضار

بصلة متوسطة مفرومة

زيت لقلي صدور الدجاج المحشوة

رأسا بطاطا مسلوقان ومقطعان إلى دوائر سميكة

بصلتان كبيرتان مقطعتان إلى جوانح

ملعقتا طعام من الجبنة المتنوعة (غرويار، قشقوان، موزاريلا وتشيدار).

التحضير

تنزع الشريحة الطرية (الفيليه) من صدري الدجاج ويفتح فيها شق عميق مثل الجيب بواسطة رأس سكين طويل وحاد. تخلط الخضار المذكورة أعلاه مع بعضها وتقلى معاً في الزيت في مقلاة غير لاصقة. يحشى الشق الموجود في كل صدر دجاج بنصف كمية مزيج الخضار المقلية. تغطى بعدها الحشوة وتلف بالجلد الموجود أصلاً فوق اللحم. يقلى كل صدر دجاج في الزيت حتى يحمرّ من كل الجهات. يلف كل صدر دجاج بحزام من ورق الألمنيوم ويخبز في الفرن لمدة ١٥ إلى ٢٠ دقيقة أو حتى ينضج لحم الدجاج من الداخل. يخرج صدر الدجاج من الفرن ويحفظ ساخناً حتى موعد التقديم. تقلى شرائح البطاطا في قدر أخرى وتوضع جانباً. يحتفظ بالقليل من الزيت لقلي البصل فيه حتى يحمرّ وينضج. تكدّس شرائح البطاطا والبصل والجبنة بالتناوب فوق بعضها وتخبز في الفرن حتى تذوب الجبنة. تقدم البطاطا مع لحم الدجاج.

الصلصة

ملعقة طعام من الزبدة

ملعقة طعام من الدقيق

كوب من مرق الدجاج.

يطهى الكل معاً. يضاف إليه نصف كوب من الجبنة ويطهى الخليط حتى تذوب الجبنة. تقدم هذه الصلصة مع الدجاج والبطاطا.

جاتوه رأس العبد

بياض ٥ بيضات وربع كوب من السكر

صفار ٥ بيضات ونصف كوب من السكر

كوب من الدقيق (الطحين)

فانيلا، ملعقة صغيرة من برش البرتقال.

التحضير

تحضر صينية مستطيلة ويبسط فيها ورق البرشمان.
يخفق بياض البيض حتى يصبح كثير الرغوة. يضاف السكر تدريجياً للحصول على مرانغ لامع.
يخفق صفار البيض مع بقية السكر ثم يضاف الدقيق للحصول على مزيج دبق.
يضاف مرانغ بياض البيض إلى مزيج الصفار ويحرك بواسطة ملعقة خشبية.
يبسط مزيج الجاتوه في الصينية ويخبز إلى حين نضوج الجاتوه. وثم يترك الجاتوه جانباً ليبرد.
يقطع الجاتوه إلى دوائر بواسطة كوب ماء أو قطاعة بسكويت.
تحضر الغاناش (صلصة الشوكولاته)، ثم تحشى كل قطعتين من الجاتوه بغاناش الشوكولا، فيما تصب بقية الغاناش فوق الجاتوه.
تزين هذه القطع بقوالب البتي فور الورقية الصغيرة لتكون بمثابة قبعات. تستعمل القشدة البيضاء للعينين والقشدة الحمراء للفم.

الغاناش

٢٠٠غ من الشوكولا شبه الحلوة المفرومة

كوب من القشدة الطازجة

ملعقتا طعام من الزبدة في حرارة الغرفة.

تسخن القشدة الطازجة في قدر، ثم ترفع عن النار. تضاف الشوكولا المفرومة ويخلط الاثنان معاً. تضاف الزبدة، وتحرك بواسطة ملعقة للحصول على صلصة لامعة. تترك هذه الصلصة لترتاح مدة نصف ساعة. يوضع قسم منها في الثلاجة حتى يجمد ويصبح قوامه قابلاً للبسط. يبسط الغاناش فوق كل قطعة جاتوه، ويغطى بقطعة جاتوه أخرى. ترصف قطع الجاتوه على مصبع حديدي ويصب فوقها الغاناش نصف السائل لتغليف كل جهات الجاتوه. تزين قطع الجاتو كما ذكرنا سابقاً.

جاتوه بقشدة الشوكولا

بياض ٥ بيضات مع ربع كوب من السكر

صفار ٥ بيضات مع نصف كوب من السكر

ثلاثة أرباع الكوب من الدقيق (الطحين)

رشة فانيلا

ملعقة صغيرة من برش البرتقال.

القشدة

كوبان من القشدة الطازجة (كوب من القشدة النباتية وكوب من القشدة الحيوانية) وملعقتا طعام من السكر الناعم

٣ ملاعق طعام من مسحوق الكاكاو

ملعقتان أو ثلاث ملاعق طعام من برش البرتقال المسكر المفروم ناعما.

التحضير

يخفق بياض البيض حتى الحصول على رغوة خفيفة وبيضاء. يضاف إليه ربع كوب من السكر ويتابع الخفق للحصول على مزيج مرانغ خفيف.
يخفق صفار البيض إلى أن يصبح لونه أصفر شاحب. يضاف إليه الدقيق والفانيلا وبرش البرتقال. يوقف بعدها الخفق. يضاف بياض البيض إلى الصفار باستعمال ملعقة خشبية أو مبسط للحصول على مزيج خفيف. يبطن قعر صينية رقيقة بورق البرشمان.
يبسط المزيج في الصينية ويمهد سطحه بواسطة مبسط مسطح. يخبز الجاتوه لمدة ١٥ إلى ٢٠ دقيقة، ثم يخرج من الفرن ويترك جانباً ليبرد.
يضاف مسحوق الكاكاو إلى القشدة. تخفق القشدة الطازجة حتى تصبح خفيفة. تبسط القشدة فوق الجاتوه ويرش فوقها برش البرتقال المفروم. يقطع الجاتوه بالطول إلى ٦ قطع متساوية. تلف إحدى القطع وتوضع على طبق تقديم قطره ٢٠ سم. تلف بقية القطع وتوضع على نحو ملتف حول اللفافة الوسطية. يمهد السطح بواسطة المبسط، وتغطى الحواف والأعلى بالمزيد من القشدة. يزين أعلى الجاتوه بالقشدة. يرش مسحوق الكاكاو فوق الجاتوه ويزين بالكرز الأحمر ويحفظ في البراد حتى موعد التقديم.

كونكورد

مرانغ الكاكاو

بياض ٤ بيضات في حرارة الغرفة

نصف كوب من السكر

ربع كوب من السكر الناعم

ملعقتا طعام من مسحوق الكاكاو.

موس الشوكولا

٢٠٠غ من الشوكولا شبه الحلوة مذوبة وفاترة

كوبان من القشدة الطازجة المخفوقة

علبة من البسكويت العادي المغلف بالشوكولا.

تحضير المرانغ

يسخن الفرن إلى حرارة ٢٧٥ درجة فهرنهايت. تغطى صينية البسكويت بورق البرشمان. يخفق بياض البيض في وعاء متوسط حتى يصبح كثير الرغوة.
يضاف السكر إلى البيض المخفوق، بمعدل ملعقة طعام كل مرة، ويتابع الخفق إلى أن يصبح المزيج لامعاً. تضاف ملعقتا طعام من مسحوق الكاكاو مع السكر الناعم إلى المزيج.
يوضع المرانغ المحضر في كيس الحلويات المشتمل على رأس دائري صغير وتسكب منه خطوط صغيرة بسماكة قلم الرصاص فوق ورق البرشمان، على أن تبعد الخطوط عن بعضها مسافة ٢ أو ٣ سم.
تخبز الصينية في الفرن لمدة نصف ساعة. يطفأ الفرن وتترك عيدان المرانغ تجف لمدة ساعتين في الفرن، شرط إبقاء باب الفرن مغلقاً.

موس الشوكولا

تخلط الشوكولا المذوبة والفاترة مع القشدة الطازجة. يحشى كيس الحلويات بالموس. تصب الموس فوق كل قطعة بسكويت بالشوكولا.
تقطع عيدان المرانغ إلى قطع صغيرة وترصف حول كل قطعة بسكويت على نحو عامودي (كما في الصورة).
يرش مسحوق الكاكاو فوق قطع البسكويت وتحفظ في الثلاجة حتى موعد التقديم.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

الدجاج المكسيكي

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

كيلوغرام من صدور وأفخاذ الدجاج المقطعة إلى مكعبات من دون الجلد، كوب من الذرة

كوب من الفليفلة الخضراء المقطعة إلى شرائح طويلة ورفيعة

رأسان من الفليفلة الحريفة المقطعة إلى مكعبات صغيرة

كوب من البصل الأخضر

بصلة كبيرة مفرومة

كوب من الفطر المعلب

نصف كوب من القشدة الطازجة (اختياري)

٣ رؤوس بندورة (طماطم) مقشرة ومقطعة إلى مكعبات صغيرة

٤ إلى ٥ فصوص ثوم مفرومة ناعماً

زيت وزبدة لقلي الدجاج والخضار

ملح وفلفل، نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر

نصف ملعقة صغيرة من مسحوق البهار الحلو

ملعقة طعام من مسحوق الفلفل الحريف

ملعقة طعام من معجون البندورة

كوب من مرقة الدجاج.

التحضير

يسخن الزيت والزبدة في قدر. يقلى البصل مع الثوم، والفليفلة الخضراء والحمراء فوق نار قوية حتى تبدأ الخضار بالذبول.
تضاف مكعبات الدجاج ويتابع الطهو.
يضاف الفطر، والذرة، والبندورة، والملح، والفلفل والبهار الحلو ومعجون البندورة ويتابع الطهو فوق نار متوسطة.
تضاف مرقة الدجاج ويتابع الطهو حتى ينضج لحم الدجاج ويصبح طرياً. تطفأ النار ويضاف نصف كوب من القشدة الطازجة حسب الرغبة إلى محتوى القدر. تحرك المحتويات جيداً. يقدم الطبق مع الأرز. لجعل هذا الطبق حريفاً أكثر، يمكن إضافة المزيد من الفليفلة الحريفة.

سلطة الكراث

الكمية تكفي ٢ إلى ٣ أشخاص

- نصف كيلوغرام من الكراث المغسول والمقطع إلى قطع مائلة
- ٣ إلى ٤ جزرات مقشرة ومقطعة إلى أنصاف دوائر
- نصف كوب من الأرز الأميركي المسلوق
- عصير ليمونة واحدة
- ربع كوب من الزيت أو زيت الزيتون
- نصف ملعقة صغيرة من الملح
- ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض.

التحضير

يغسل نصف كوب من الأرز الأميركي ويسلق جيداً ثم يوضع جانباً. يسكب الزيت في قدر أو مقلاة ويقلى فيه الجزر حتى ينضج جزئياً. يضاف من ثم الكراث ويتابع القلي حتى ينضج الكراث قليلاً. يضاف الملح والفلفل وعصير الليمون والأرز المسلوق. يخلط الكل جيداً وتقدم هذه السلطة فاترة.

سندويش نباتي

الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص

- ٣ إلى ٤ قطع خبز للسندويش أو قطعتان طويلتان من الباغيت الفرنسي
- رأس باذنجان طويل مقشر ومقطع إلى شرائح طويلة ورفيعة
- نصف رأس من الفلفل الأخضر مقطع إلى شرائح طويلة ورفيعة
- نصف رأس من الفلفل الأحمر مقطع إلى شرائح طويلة ورفيعة
- جزرتان مقطعتان إلى شرائح طويلة ورفيعة
- نصف رأس كراث مقشر ومقطع إلى شرائح طويلة ورفيعة أو رأسان من البصل الأخضر مقطعان إلى شرائح طويلة ورفيعة
- ٥ إلى ٦ حبات فطر طازجة مقطعة
- رأسا كوسا مقطعان إلى شرائح طويلة ورفيعة
- ٢ إلى ٣ ملاعق طعام من زيت الزيتون
- ملح وفلفل أبيض
- ١٥٠غ من جبنة الموزاريلا أو القشقوان المقطعة إلى شرائح
- ربع باقة من أوراق الحبق الطازجة، مفرومة ناعما
- ٤ إلى ٥ ملاعق طعام من المايونيز
- فص ثوم مهروس
- ملعقة صغيرة من صلصة الخردل.

التحضير

يسخن الزيت في قدر غير لاصقة وتقلى فيها الخضار حتى تنضج. يضاف من ثم الملح والفلفل. في وعاء آخر، تخلط أوراق الحبق مع الثوم والمايونيز وصلصة الخردل.
يقطع خبز السندويش أفقياً أو يفتح فيه شق عميق أفقي.
يبسط مزيج المايونيز داخل السندويش، وتوضع فوقه الخضار المحضرة.
تضاف من ثم شرائح القشقوان أو الموزاريلا. يحمص السندويش في الفرن حتى تذوب الجبنة ويقدم ساخناً. في حال استعمال خبز الباغيت الطويل، يمكن تقطيعه إلى قطع صغيرة قبل التقديم.

جزر محشو باللحم والأرز

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

- كيلو غرام ونصف الكيلوغرام من الجزر الكبير الحجم
- ٢٠٠غ من اللحم المفروم على نحو متوسط
- نصف كوب من الأرز المصري
- ربع كوب من الصنوبر
- كوب من الزيت النباتي أو السمن
- ملعقتا طعام من دبس الرمان أو عصير الليمون، ملح وبهار حلو
- فصان مهروسان من الثوم.

التحضير

يقشر الجزر ويفرغ داخله بواسطة المنقرة، مع الانتباه إلى عدم تفتته. يوضع الجزر المفرغ في الماء البارد. يحمى السمن في مقلاة يقلى فيها الجزر ثم يوضع جانباً. يقلى اللحم في السمن نفسه. يضاف إليه الصنوبر والأرز ويطهى الكل معاً. يرش الملح والقليل من البهار الحلو فوق الحشوة. ترفع المقلاة عن النار حتى تبرد الحشوة. يحشى الجزر بهذه الحشوة قبل رصفه في قدر كبيرة وغمره بالماء الساخن وطهوه فوق نار متوسطة. يهرس فصان من الثوم مع القليل من الملح ويضاف إلى الجزر المحشو مع القليل من دبس الرمان أو مقدار كوب من عصير الليمون الطازج. تترك القدر فوق نار متوسطة حتى ينضج الجزر ويمتص معظم الصلصة. يقدم الجزر بعد تقطيعه إلى قطع صغيرة.

كباب باللبن

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

- كيلوغرام من لحم الغنم المفروم ناعماً (متوسط الدهون)
- ملعقة صغيرة من الملح
- ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود، ربع ملعقة صغيرة من القرفة
- نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر، كيلوغرام من اللبن (الزبادي)
- ٢ إلى ٣ فصوص ثوم مهروسة
- رغيفان من الخبز العربي محمصان ومقطعان إلى قطع
- ٣ ملاعق طعام من الزيت مع ٣ ملاعق طعام من الزبدة أو السمن
- ربع كوب من الصنوبر
- مسحوق فلفل أحمر.

التحضير

يخلط اللحم مع الملح والتوابل.
تغرز ٣ كرات من الكفتة في كل سيخ شواء. يحضر اللبن ويخلط مع الثوم. يسخن اللبن حتى يصبح فاتراً. ترصف قطع الخبز في قعر طبق زجاجي مقاوم للحرارة. يسكب اللبن الفاتر فوق الخبز. تشوى أسياخ اللحم ثم ترصف فوق اللبن. تذوب الزبدة أو السمن مع الزيت ويقلى فيهما الصنوبر. يسكب الصنوبر مع الزيت فوق اللبن واللحم المشوي. يرش مسحوق الفلفل الأحمر في الأعلى ويقدم الطبق فاتراً.

السلطة التايلندية بالقريدس والليمون الهندي

الكمية تكفي شخصين إلى ثلاثة أشخاص

- حبتان من الليمون الهندي (غريبفروت) مقشرتان ومقطعتان ومحفوظتان في الثلاجة لمدة ساعة
- بصلتان صغيرتان مفرومتان ناعماً
- ملعقتا طعام من برش جوز الهند
- صدر دجاج مسلوق ومقطع إلى شرائح طويلة ورفيعة
- ٢٠٠غ من القريدس المتوسط الحجم، مسلوق ومقشر
- ٤ بيضات فري (اختياري)
- ملعقتا طعام من الكاجو
- ٥ ملاعق طعام من الزيت النباتي.

الصلصة

- ٦ ملاعق طعام من الزيت النباتي
- عصير نصف ليمونة
- ملح وفلفل
- ربع ملعقة صغيرة من مسحوق الفلفل الأحمر.

التحضير

يقشر الليمون الهندي ويقطع إلى مكعبات ويحفظ في الثلاجة.
يسلق البيض ويقشر، ثم تقطع كل بيضة إلى نصفين.
يقشر البصل ويفرم ثم يقلى ويصفى من الزيت فوق محارم المطبخ الورقية.
يقلى برش جوز الهند في قدر أخرى من دون زيت حتى يتحمص ويصبح ذهبي اللون.
يفرم الكاجو المحمص. يخلط الكل معاً.
يقطع صدر الدجاج المسلوق إلى شرائح طويلة ورفيعة.
تنظف حبات القريدس ثم تسلق وتقشر.
يخلط القريدس مع الدجاج والليمون الهندي والصلصة.
تسكب السلطة في أطباق التقديم وتزين بالبصل والكاجو وجوز الهند.

سندويش الحبش

الكمية تكفي شخصاً واحداً

- رغيف خبز فرنسي من القمح الكامل
- ملعقتا طعام من المايونيز
- ٦ شرائح من لحم الحبش المدخن
- أوراق خس ملونة مفتتة إلى قطع صغيرة
- ٤ شرائح من جبنة القشقوان
- كوب من كرات الشمام المغروفة بواسطة مغرفة صغيرة أو ملعقة صغيرة
- صلصة الخل البلسمي.

التحضير

يقطع رغيف الخبز الفرنسي أفقياً إلى قسمين. يسطح المايونيز فوق الشريحتين، ثم توضع شرائح الجبنة. توزع بعدها شرائح الحبش المدخن.
يوضع السندويش في طبق التقديم مع أوراق الخس على جانب من الطبق وكرات الشمام على الجانب الآخر.
يقدم السندويش مع سلطة الخس ووصلصة الخل البلسمي أو صلصة القشدة الرائبة.

صلصة الخل البلسمي

ملعقة طعام من الخل البلسمي
٣ ملاعق طعام من الزيت النباتي
نصف ملعقة صغيرة من الخردل.

يخلط الخردل مع الخل البلسمي بواسطة الشريط المعدني، ثم يضاف الزيت تدريجياً. إذا كانت الصلصة كثيفة، يمكن إضافة ملعقة طعام من الماء.

صلصة القشدة الرائبة

كوب من القشدة الرائبة
ملعقة صغيرة من الخردل
ملعقة صغيرة من البصل المبشور
ملعقة صغيرة من بذور الشبث
ملح وفلفل أسود حسب الذوق.

تخلط هذه المكونات مع بعضها للحصول على صلصة القشدة الرائبة.

حساء الكبة والكفتة والدجاج

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

- دجاجة متوسطة الحجم
- نصف كيلوغرام من لحم الكفتة
- نصف ملعقة صغيرة من الملح
- ربع ملعقة صغيرة من الفلفل
- ربع ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- ربع ملعقة صغيرة من القرفة
- وصفة أقراص الكبة المقلية في الزيت أو السمن
- ٧ إلى ٨ أكواب من مرقة الدجاج أو اللحم.

التحضير

تغسل الدجاجة وتسلق مع المطيبات وكمية كبيرة من الماء.
ترفع الدجاجة المسلوقة من القدر وينزع عنها جلدها ويفتت لحمها إلى قطع صغيرة وتوضع جانباً.
يخلط لحم الكفتة مع الملح والتوابل ويحول إلى كرات صغيرة بحجم حبات البندق. تقلى كرات الكفتة في الزيت.
تحضر أقراص الكبة الصغيرة ثم تسلق وتوضع جانباً. لإعداد الحساء، تسخن ٧ إلى ٨ أكواب من مرقة الدجاج أو اللحم في قدر كبيرة. تضاف إليها أقراص الكفتة والكبة ولحم الدجاج. يطهى الكل معاً حتى يبدأ المزيج بالغليان.
يقدم الحساء مع الخبز المحمص.

الرافيولي مع ثلاثة اجبان

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

٣ أكواب من الدقيق

نصف كوب من السبانخ المطهو والمصفى والمهروس

ملعقة صغيرة من الملح

٣ بيضات.

الحشوة

بصلة متوسطة مفرومة

كيلوغرام من السبانخ المفروم والمسلوق والمصفى

ملعقتا طعام من الزبدة.

تسخن الزبدة ويقلى فيها البصل حتى يذبل يضاف إليه السبانخ ويطهى معه حتى يتم امتصاص كل الماء ويصبح الخليط جافاً.

تحضير العجينة

يخلط الدقيق مع السبانخ المهروس والملح والبيض في خلاط الطعام حتى الحصول على عجينة متماسكة في زاوية واحدة من وعاء الخلاط. وإذا كانت العجينة دبقة، يمكن إضافة المزيد من الدقيق إليها لجعلها قاسية ومتماسكة. تقسم العجينة إلى ثلاث كرات، وتغطى بمنشفة مطبخ رطبة وتترك لترتاح مدة ساعة كاملة. يرش الدقيق فوق طاولة العمل وترق العجينة للحصول على دائرة كبيرة. تقطع العجينة بواسطة قطاعة الحلويات المزخرفة إلى أشرطة عرضها ١٠ سم. تحشى أشرطة العجين، وفق فرجات منتظمة، بحشوة السبانخ، ثم يطوى جانب من شريط العجين على الجانب الآخر وتستعمل قطاعة الحلويات لتقطيع الرافيولي إلى مربعات. يضغط جيداً على حواف المربعات حتى تلتصق. ترصف قطع الرافيولي المحضرة في صينية مكسوة بالدقيق. يسخن الماء وتضاف إليه ملعقة طعام من زيت الزيتون مع ملعقة صغيرة من الملح. حين يبدأ الماء بالغليان، تغمس ٣ إلى ٤ قطع رافيولي كل مرة وتسلق حتى تنضج. ترفع قطع الرافيولي المسلوقة بواسطة ملعقة ذات ثقوب وتنقل إلى طبق التقديم وتقدم مع صلصة الأجبان الثلاث.

صلصة الأجبان الثلاث

١٥٠غ من جبنة الروكفور الزرقاء

١٥٠غ من جبنة الغرويار المبشورة

١٠٠غ من جبنة الموزاريلا المبشورة

٥٠غ من جبنة البارميسان المبشورة

٤ أكواب من القشدة الطازجة

ملعقتا طعام من الزبدة

ملعقتا طعام من الدقيق.

التحضير

تذوب الزبدة في قدر فوق النار. يضاف إليها الدقيق ويخلط معها حتى تفوح رائحة لذيذة. تضاف القشدة الطازجة مع الأجبان إلى الصلصة ويطهى الكل معاً حتى تذوب الأجبان وتتكثف الصلصة.
يضاف القليل من ماء سلق المعكرونة إلى الصلصة عند الحاجة لجعلها أرق.

تورتيلليني بالخضار

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

علبة من تورتيلليني السبانخ

نصف كيلوغرام من الكوسا

نصف كيلوغرام من الجزر

ملعقة صغيرة من الفلفل الابيض

بصلة كبيرة مفرومة

ملعقتا طعام من الزبدة أو السمن

ملح حسب الحاجة

٧ إلى ٨ أكواب من مرقة اللحم أو الدجاج.

التحضير

يسخن الزيت أو الزبدة ويقلى فيه البصل حتى يصبح شاحب اللون. توضع ٧ إلى ٨ أكواب من مرقة الدجاج أو اللحم فوق النار حتى الغليان. يضاف إليها تورتيلليني السبانخ والبصل المقلي مع زيته والجزر المفروم والكوسا المفرومة.
يضاف الملح حسب الذوق، وكذلك نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض. يطهى الكل فوق النار حتى تنضج الخضار والتورتيلليني.

حساء الحمص مع المعكرونة المحشوة باللحم

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

العجينة

كوبان من الدقيق ، نصف كوب من الماء

ملعقة صغيرة من الملح.

الحشوة

٢٠٠غ من اللحم المفروم على نحو متوسط

بصلة صغيرة مفرومة، نصف ملعقة صغيرة من الملح، ربع ملعقة صغيرة من البهار الحلو

ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود

ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر

كوبان من الحمص المسلوق (علبتان)

٨ أكواب من مرقة الدجاج أو اللحم

ملعقتا طعام من معجون البندورة (الطماطم)

ملعقة صغيرة من الثوم المهروس

٢ إلى ٣ ملاعق طعام من الزبدة

١إلى ٢ ملعقة طعام من النعناع اليابس.

التحضير

تخلط كل مكونات العجينة مع بعضها في الخلاط حتى الحصول على عجينة متماسكة في زاوية واحدة من وعاء الخلاط. إذا كانت العجينة طرية جداً، يمكن إضافة المزيد من الدقيق إليها لجعلها قاسية ومتماسكة. تغطى بمنشفة مطبخ رطبة وتترك جانباً مدة نصف ساعة حتى ترتاح.
ترق العجينة إلى دائرة كبيرة فوق سطح مكسو بالدقيق. تقطع العجينة إلى شرائط ومن ثم إلى مربعات. يحشى كل مربع بحشوة اللحم، ثم يطوى المربع إلى مثلث صغير ويضغط جيداً على حوافه. تسخن مرقة اللحم أو الدجاج. وحين تبدأ الغليان، يضاف إليها معجون البندورة. تغمس مثلثات العجين في الحساء المغلي بالتزامن مع الحمص. يتابع الطهو مدة ٥ دقائق بعد غليانه مجدداً حتى تنضج المثلثات. تسخن الزبدة ويقلى فيها النعناع والثوم. يسكب مزيج النعناع والثوم فوق الحساء ويخلط معه. يقدم الحساء ساخناً على الفور.

حساء الكرفس

كوبان من الكرفس الطازج المغسول والمقطع إلى مكعبات صغيرة

بصلة متوسطة مفرومة

ثلاثة أرباع الكوب من القشدة الطازجة

ملعقة طعام من الزبدة

ملعقة طعام من الدقيق (الطحين)

جزرتان مقطعتان إلى مكعبات صغيرة

نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض

ملعقة صغيرة من الملح

٥ إلى ٦ أكواب من مرقة الدجاج.

التحضير

تسخن الزبدة في قدر ويضاف إليها البصل المفروم. يقلى حتى يصبح لونه شاحباً.
يضاف الكرفس والجزر والفلفل الأبيض والملح والدقيق. يطهى الكل حتى تصبح رائحة الدقيق لذيذة.
تضاف مرقة الدجاج وتستعمل ملعقة خشبية لتحريك الحساء باستمرار بهدف التخلص من الكتل. كما يمكن استعمال المخفقة الشريط لهذه الغاية. يطهى الحساء حتى تظهر فيه الفقاقيع. ترفع القدر عن النار.
تستعمل الخفاقة لهرس الحساء وتحويله إلى قوام ناعم. يضاف ثلاثة أرباع الكوب من القشدة الطازجة إلى الحساء ويخلطان معاً. إذا كان الحساء كثيفاً، يمكن إضافة المزيد من مرقة الدجاج. يضاف الملح حسب الحاجة، علماً أن مرقة الدجاج تحتوي أصلاً على الملح.

موس الدجاج مع الجزر

الكمية تكفي ٢ إلى ٣ أشخاص

صدرا دجاج مع الجلد

ربع كوب من القشدة الطازجة

بياض بيضة، ملح وفلفل

نصف كوب من الفطر المفروم

نصف ملعقة صغيرة من إكليل الجبل المفروم

٤ جزرات، رأسا بطاطا، ملعقة طعام من الزبدة

الصلصة

نصف كوب من الفطر الطازج المفروم

ملعقة طعام من الزيت أو الزبدة

كوب من القشدة الطازجة

مكعب من مرقة الدجاج، فلفل أبيض

ملعقة طعام من جبنة البارميسان

التحضير

تنزع الشريحة الطرية (الفيليه) من صدري الدجاج وتهرس في خلاط الطعام. تضاف إليها القشدة مع الملح والفلفل، وبياض البيض، وإكليل الجبل. يضاف من ثم الفطر. هذه هي حشوة الدجاج. إذا لم تكن فيليه صدريّ الدجاج كافية، يمكن إضافة ١٠٠ غ من لحم الدجاج.

يفتح شق في كل صدر دجاج بواسطة سكين حادة للحصول على شكل جيب. يحشى هذا الجيب بنصف حشوة الدجاج ويقلى كل صدر دجاج في الكثير من الزيت حتى يصبح وردي اللون. يلف كل صدر دجاج بحزام من ورق الألمنيوم لتثبيت الحشوة داخله ثم يخبز في الفرن لمدة ١٥ إلى ٢٠ دقيقة حتى ينضج لحم الدجاج من الداخل.

لإعداد الطبق الجانبي

يسلق الجزر مع البطاطا، ثم يصفيان جيداً من الماء ويهرسان معاً. تضاف إليهما الزبدة مع الملح والفلفل الأبيض للحصول على هريسة.

لإعداد الصلصة

يقلى الفطر المفروم في الزيت أو الزبدة. تضاف إليه القشدة الطازجة ومكعب مرقة الدجاج والملح والفلفل. يطهى الكل قليلاً، ثم تضاف إليه ملعقة طعام من جبنة البارميسان.

لتقديم هذا الطبق، يقطع لحم الدجاج إلى شرائح ويقدم مع هريسة الجزر والبطاطا والصلصة.

البسبوسة (حلوى مصرية)

كوبان من السميد وملعقتا طعام من برش جوز الهند

ثلاثة أرباع الكوب من السكر

ملعقة طعام من الباكينغ باودر

ربع قالب من الزبدة المذوبة وكوب من القشدة

كوب من اللبن الزبادي

القليل من الطحينة لدهن الصينية

القليل من اللوز للزينة.

قطر السكر

كوبان من السكر

كوبان من الماء، فانيلا

ملعقة طعام من عصير الليمون

ملعقة طعام من السمن البلدي.

التحضير

تخلط المكونات الجافة، أي السميد وبرش جوز الهند والسكر والباكينغ باودر مع بعضها، ثم تضاف إليها الزبدة والقشدة. يدعك هذا المزيج باللبن الزبادي للحصول على عجينة. تدهن الصينية بالطحينة ويسكب فيها الخليط ويترك حتى يختمر. يقطع محتوى الصينية إلى أشكال مربعة منتظمة، وتوضع حبة لوز في كل مربع. تخبز الصينية في الفرن حتى تحمرّ. يحضر القطر بغلي السكر مع الماء. وقبل انتهاء الغلي، يضاف عصير الليمون والفانيلا والسمن المذوبة. يصب القطر الساخن فوق البسبوسة وتخبز مجدداً في الفرن لمدة ٥ دقائق.

جاتوه بالبسكويت والشوكولا

العجينة

٣ بيضات مخفوقة، كوب من السكر

٥ ملاعق طعام من الحليب السائل

٤ ملاعق طعام من العسل

ملعقة طعام من الخل، ملعقة صغيرة من صودا الخبز

٣ أكواب من الدقيق (الطحين).

التحضير

يخفق صفار البيض قليلاً. يضاف السكر والحليب والعسل والخل وصودا الخبز. يطهى الكل معاً، شرط التحريك باستمرار بواسطة ملعقة خشبية، إلى أن تظهر الفقاقيع. ترفع القدر عن النار ويضاف الدقيق تدريجياً. يخلط الكل حتى الحصول على عجينة طرية. يترك المزيج جانباً حتى يبرد.

تدهن صينية خبز مسطحة حجمها ٥٠-٦٠سم بالزبدة والدقيق. تبسط فيها العجينة باستعمال اليدين، شرط غمسهما بالدقيق لتسطيح سطح العجينة. تخبز العجينة في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت إلى أن يصبح سطحها ورديا وجافاً. (يفترض أن تكون سماكة العجينة تراوح بين ١,٥ و ٢ سم).

القشدة

ملعقتا طعام من الدقيق وكوبان من الحليب. يطهيان معاً ويترك المزيج جانباً حتى يبرد. يخفق ١٥٠ غراماً من الزبدة في الخلاطة الكهربائية، ويضاف إليها الكاسترد المطهو تدريجياً. تضاف من ثم الفانيلا للحصول على قشدة الزبدة. وحين تنضج العجينة تصبح مماثلة للبسكويت. تقسم اربعة اقسام ويجري حشو الأقسام الثلاثة بالقشدة فيما يترك سطح البسكويت خالياً لمد صلصة الشوكولا عليه.

صلصة الشوكولا

٢٠٠ غ من الشوكولا نصف المحلاة والمقطعة
كوب من القشدة الطازجة
ملعقة طعام من الزبدة.

التحضير

تسخن القشدة في وعاء على نار متوسطة وذلك حتى درجة الغليان. تطفأ النار وتضاف قطع الشوكولا التي تترك حتى تذوب بحرارة القشدة. يخلط المزيج جيداً بواسطة ملعقة خشبية وتضاف اليه ملعقة من الزبدة. نخلط المزيج مجدداً ونضعه جانباً حتى يبرد لمدة تتراوح بين نصف ساعة الى ثلاثة أرباع الساعة. ثم نضع الصلصة على سطح البسكويت (العجينة المخبوزة) واطرافه. وحين تبرد يقسم الجاتوه قطعاً ويقدم مع العصير الطازج.

مطبخ لها

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

برياني السمك

الكمية تكفي ٧ إلى ٨ أشخاص

كيلوغرام من شرائح سمك الهامور أو اللقز

نصف كيلوغرام من القريدس المتوسط الحجم، مسلوق ومقشر

نصف كيلوغرام من الكالاماري المسلوق والمقطع إلى دوائر. كوبان من الأرز الأميركي المغسول والمصفى

كوب من الأرز المصري المغسول والمصفى

٥ أكواب ونصف الكوب من مرقة السمك

٣ بصلات كبيرة مقشرة ومقطعة إلى شرائح

ملعقتا طعام من توابل البرياني، كوب من السمن أو الزيت مع الزيدة

نصف كوب من اللوز المقلي في الزيت أو السمن

نصف كوب من الصنوبر المقلي في الزيت أو السمن

٤ إلى ٥ رؤوس بطاطا مقطعة إلى مكعبات ومقلية

كوب من الزبيب المقلي (اختياري)

ملعقتا طعام من السمن والزيت لطهو الأرز.

التحضير

تدهن صينية ألمنيوم بالزيت أو زيت الزيتون وترصف فوقها شرائح السمك. يدهن أعلى شرائح السمك بالزيت ويرش فوقها الملح والفلفل الأبيض. تغطى شرائح السمك بورق الألمنيوم وتخبز في الفرن لمدة ١٥ إلى ٢٠ دقيقة. تخرج الصينية من الفرن وينزع عنها ورق الألمنيوم. يسخن الزيت ويسلق القريدس ثم يقشر وينظف ويترك جانباً. يسلق الكالاماري في الماء حتى ينضج ويصبح طرياً، ثم يصفى ويقطع إلى دوائر. تسخن السمن أو الزيت وتقلى فيها البطاطا، ومن ثم البصل حتى يحمر لونه. يضاف البصل، والسمك، والقريدس، والكالاماري، وملعقة طعام من توابل البرياني ومكعبات البطاطا. يترك هذا الخليط جانباً. تسخن السمن والزيت في قدر. يضاف إليهما الأرز ويقلى ليضع دقائق. تضاف من ثم مرقة السمك، والملح حسب الحاجة، وملعقة طعام من توابل البرياني. يطهى الأرز فوق نار قوية أولاً، ثم تخفف النار ويترك فوقها حتى ينضج ويمتص كل الماء. تضاف ملعقة طعام من ماء الورد إلى الأرز وتخلط معه. لإعداد طبق البرياني، تسكب نصف كمية الأرز المطهو في طبق التقديم، وفوقها نصف كمية خليط ثمار البحر والبصل والبطاطا. توضع من ثم طبقة من الأرز وفوقها ما تبقى من خليط ثمار البحر إضافة إلى اللوز المقلي والصنوبر. يزين الطبق بالزبيب المقلي. يقدم الطبق مع السلطة الطازجة الخضراء.

ملاحظة: للحصول على مرقة السمك، يسلق رأس السمكة وحسكها في الماء مع المطيبات لمدة ساعة أو ساعة ونصف الساعة تقريباً فوق نار خفيفة. يصفى بعدها الماء للحصول على مرقة السمك. تجدر الإشارة إلى أن المطيبات تتألف من بصلة واحدة وورقة غار، ونصف ليمونة مقطعة إلى أربعة أقسام، وحبتين أو ثلاث من البهار الحلو وحبتين أو ثلاث من الهال.

طبق الخضار مع كرات اللحم

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

- ٧٥٠غ من اللحم المفروم ناعماً
- نصف ملعقة صغيرة من الملح
- نصف ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- نصف ملعقة صغيرة من القرفة
- نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود
- كوب من الفطر المفروم المعلب
- كوب من البازيلا، زيت للقلي
- كوب من الجزر، بصلة متوسطة مفرومة.

الصلصة

- ٣ ملاعق طعام من الدقيق
- ٣ ملاعق طعام من الزبدة
- ٣ أكواب من مرقة الدجاج
- ربع كوب من صلصة الصويا
- فلفل أبيض
- ملعقة طعام من الخردل.

التحضير

يخلط اللحم مع التوابل ويقرّص إلى كرات صغيرة بحجم حبات الكرز. يسخن الزيت في مقلاة وتقلى فيه كرات اللحم ثم ترفع وتوضع جانباً. يحتفظ بالقليل من الزيت في المقلاة ويقلى فيه البصل المفروم حتى يصبح شاحب اللون. تضاف البازيلا مع الجزر والفطر. تخلط الخضار المقلية مع كرات اللحم ويوضع الخليط جانباً. في قدر أخرى، تسخن الزبدة ويضاف إليها الدقيق. يخلط الاثنان معاً حتى تفوح رائحة لذيذة. تضاف حينها مرقة الدجاج وصلصة الصويا والخردل. تطهى الصلصة حتى تتكثف. تخلط هذه الصلصة مع اللحم والخضار، ثم يسكب هذا المزيج في طبق زجاجي مقاوم للحرارة. يدخل الطبق إلى الفرن حتى تتكثف الصلصة قليلاً. يقدم الطبق مع الأرز والسلطة الخضراء.

خبز مع الصعتر

الكمية تكفي ٤ الى ٥ أشخاص

العجينة

- كوب من الماء الساخن
- ملعقة صغيرة من الخميرة الفورية
- نصف كوب من الحليب الفاتر
- ملعقة طعام من السكر
- نصف ملعقة صغيرة من الملح
- ملعقتا طعام من الزبدة في حرارة الغرفة
- ثلاثة أرباع الكوب من الدقيق الأبيض
- ثلاثة أرباع الكوب من الدقيق الكامل، بيضة واحدة
- ربع كوب من الصعتر البري اليابس
- بذور سمسم، بياض بيضة واحدة.

التحضير

يخلط ثلاثة أرباع كوب من الدقيق الأبيض مع ثلاثة أرباع كوب من الدقيق الكامل والخميرة الفورية، والحليب الفاتر، والسكر، والملح والبيضة في خلاط الطعام للحصول على عجينة متماسكة. تضاف إليها الزبدة وتدعك العجينة مجدداً لتصبح متوسطة الليونة. إذا كانت العجينة دبقة جداً، يمكن إضافة ربع كوب أو أكثر من الدقيق إليها.

توضع العجينة في وعاء وتخلط مع الصعتر وتغطى بمنشفة مطبخ. تترك العجينة جانباً في مكان دافئ حتى تتراح ويتضاعف حجمها.

ترق العجينة إلى أرغفة يكون حجمها حسب الرغبة. يدهن سطح هذه الأرغفة ببياض البيض ثم تغمس في بذور السمسم. تخبز الأرغفة في فرن حرارته ٣٧٥ درجة فهرنهايت حتى يصبح سطحها وردي اللون. تقدم أرغفة الخبز مع الجبنة القشدية أو أي نوع من الجبنة.

حساء العدس الأحمر مع الكبة

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

- دجاجة متوسطة الحجم، مسلوقة
- ٧ إلى ٨ أكواب من مرقة الدجاج
- كوب من العدس الأحمر
- بصلة متوسطة مفرومة
- رأس بطاطا متوسط الحجم مقشر ومفروم
- عود قرفة
- ٤ إلى ٥ حبات كاملة من البهار الحلو.

لإعداد كرات الكبة

٣ أكواب من البرغل الناعم

- نصف كوب من سميد الفرخة
- نصف كيلوغرام من لحم الكبة
- ملعقة صغيرة من الملح
- بصلة صغيرة مبشورة
- ربع ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود
- ماء حسب الحاجة لإعداد الكبة
- زيت أو سمن لقلي كرات الكبة.

التحضير

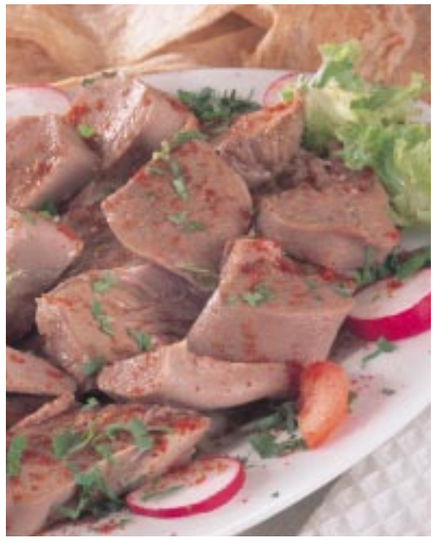
تخلط هذه المكونات وتدعك مع بعضها للحصول على عجينة الكبة. تقرص الكبة إلى كرات صغيرة جداً وترصف في صينية مسطحة وتحفظ في الثلاجة حتى موعد القلي.

تحضير الحساء

ينزع الجلد عن الدجاجة المسلوقة ويفتت لحمها ويترك جانباً لاستعماله لاحقاً. يوضع مرق الدجاج في قدر كبيرة أو في طنجرة الضغط. يضاف إليه العدس الأحمر بعد غسله وتصفيته. يضاف أيضاً البصل المفروم وعود القرفة والبطاطا المفرومة وخمس حبات من البهار. يطهى محتوى القدر لمدة ٢٠ دقيقة حتى ينضج العدس تماماً.

يرفع عود القرفة وحبات البهار من الحساء، ثم يهرس الحساء في الخلاط للحصول على حساء قشدي ناعم. يمكنك تصفية هذا الحساء إذا شئت.

تحضر كرات الكبة وتقلى في السمن أو الزيت. ثم تضاف إلى الحساء ويوزع فوقها لحم الدجاج المفتت قبل تقديم الطبق.



سلطة اللسانات بالخل

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

- ٦ لسانات غنم، ورقتا غار
- عودا قرفة، بصلة متوسطة
- مقطعة إلى أربعة أقسام، ٥ حبات هال
- ملح وحبات فلفل كاملة.

صلصة الخل البلسمي

ملعقتا طعام من الخل البلسمي

- ثلاثة أرباع الكوب من الزيت
- ملعقتا طعام من عصير الليمون
- نصف ملعقة صغيرة من السكر
- ٣ إلى ٤ فصوص ثوم مهروسة.
- يخلط الخل البلسمي مع عصير
- الليمون والزيت والسكر والثوم المهروس
- للحصول على صلصة.

التحضير

تسلق اللسانات في الماء الساخن وتزال عنها الزفرة ثم يرمى الماء. يضاف الماء الساخن إلى اللسانات وتسلق مرة ثانية لمدة ٥ إلى ٦ دقائق، ثم يرمى الماء مجدداً. يضاف الماء الساخن للمرة الثالثة مع الملح والبصل والتوابل. تطهى اللسانات في قدر عادية أو في طنجرة الضغط لمدة ٤٥ إلى ٦٠ دقيقة أو حتى ينضج اللحم. يرمى الماء وتقشر اللسانات على الفور فيما لا تزال ساخنة ثم تقطع إلى قطع صغيرة جاهزة للتقديم.

تسكب صلصة الخل البلسمي فوق اللسانات ويزين الطبق بالبقدونس ويقدم بمثابة نوع لذيذ من المقبلات.

كرات اللحم بالكمون في صلصة البندورة (الطماطم)

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

كيلوغرام من لحم الغنم أو البقر الهبر المفروم بيضتان

نصف كوب من الكعك المطحون

٣ فصوص ثوم مهروسة

ملعقة كبيرة من الكمون

ملح وفلفل أسود

ملعقة صغيرة من البهار الحلو

نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر

زيت لقلي كرات اللحم.

صلصة البندورة (الطماطم)

ملعقتا طعام من معجون البندورة (الطماطم)

ملعقتا طعام من الخل

كوب ونصف الكوب من الماء.

التحضير

يخلط اللحم مع البيض والكعك المطحون، والثوم، والكمون، والبهار الحلو، والملح والفلفل. يقرص خليط اللحم إلى كرات صغيرة متساوية من حيث الحجم. يسخن الزيت في مقلاة كبيرة فوق نار متوسطة وتقلى فيه كرات اللحم حتى تحمرّ من كل الجهات. ترفع كرات اللحم من المقلاة وتوضع جانباً. يصفى الزيت من المقلاة ويسكب مكانه كوب ونصف الكوب من الماء مع ملعقتيّ طعام من معجون البندورة (الطماطم) إضافة إلى الخل والملح والفلفل. يترك المزيج حتى يغلي فوق النار، ثم تخفف النار ويترك ليغلي مجدداً مدة ٥ دقائق. تعاد كرات اللحم إلى القدر وتطهى لمدة ٧ دقائق فوق نار متوسطة. تقدم كرات اللحم مع الأرز بالشعيرية.

تورتة الفطر والحبش المدخن

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

علبة من عجينة الباف الجاهزة

كوبان من الفطر الطازج المفروم

ملعقتا طعام من الزبدة

١٠ إلى ١٢ شريحة من لحم الحبش المدخن

صفار بيضة واحدة وملعقة صغيرة من الحليب

١٠ إلى ١٢ شريحة من جبنة الغرويار.

التحضير

تقسم عجينة الباف الجاهزة قسمين. يرش الدقيق فوق سطح الطاولة ويرق قسم من العجينة للحصول على دائرة كافية لتغطية قعر وحواف قالب تورتة قطره ٢٨ الى ٣٠. تسخن الزبدة في قدر ويقلى فيها الفطر المفروم حتى ينضج ويتبخر ماؤه ثم يرش الفلفل الأبيض فوق الفطر. تغطى عجينة الباف بطبقة من جبنة الغرويار، ومن ثم بطبقة من الفطر المقلي. توضع بعدها شرائح الحبش المدخن. يرق القسم الثاني من عجينة الباف للحصول على دائرة أخرى كافية لتغطية حشوة التورتة. يخلط صفار البيض مع ملعقة صغيرة من الحليب ويدهن سطح عجينة التورتة بهذا المزيج. تخبز التورتة في فرن حرارته ٣٧٥ درجة فهرنهايت حتى ينضج قعرها ويصبح سطحها ذهبي اللون. تقدم التورتة فاترة أو باردة مع السلطة الطازجة.

عصافير بالثوم والكزبرة مع دبس الرمان

الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص

١٢ عصفوراً

نصف كوب من السمن أو الزيت

ملعقة طعام من دبس الرمان

ملعقة طعام من الخل البلسمي

ملعقة طعام من الثوم المهروس

ملعقتا طعام من الكزبرة الطازجة المفرومة

ملح.

التحضير

يسخن الزيت في مقلاة وتقلى فيه العصافير حتى تنضج ويتغير لونها. تنقل العصافير إلى طبق وتغطى لكي تبقى ساخنة. يستعمل الزيت نفسه لقلي الثوم. تضاف إليه من ثم الكزبرة المفرومة وتخلط معه. يضاف دبس الرمان والخل البلسمي إلى الصلصة قبل تسخينها جيداً. يضاف إليها القليل من الملح.

تسكب الصلصة فوق العصافير ويزين الطبق بالمزيد من الكزبرة الطازجة قبل تقديمه بمثابة نوع لذيذ من المقبلات.

حلو مستعربة

كوب من الخبز المحمص المطحون أو الكعك المطحون

كوب من الحليب الطازج

برش ليمونة واحدة، أربع بيضات طازجة

نصف كوب من الزبدة

نصف كوب من الصنوبر المحمص أو المقلي

ملعقة صغيرة من ماء الزهر

ست ملاعق طعام من السكر الناعم

كوب من قشدة الحليب المخفوقة.

الطريقة

يدهن قعر طبق زجاجي مقاوم لحرارة الفرن بالزبدة. يرش فوقه الخبز أو الكعك المطحون.
يوضع الحليب فوق النار مع نصف كوب من الزبدة حتى يغليان معاً. ترفع القدر عن النار. يكسر البيض في وعاء لفصل البياض عن الصفار. يخفق الصفار مع ماء الزهر ويضاف إلى الحليب، شرط التحريك بسرعة كي لا يجمد البيض. يضاف من ثم برش الليمون، ويخلط الكل جيداً. يصب هذا المزيج في الطبق الزجاجي المقاوم لحرارة الفرن، ويترك حتى يبرد. يخفق بياض البيض مع السكر الناعم حتى يجمد ويسكب فوق الطبق الزجاجي. يدخل الطبق إلى فرن حرارته ١٥٠ درجة فهرنهايت لمدة نصف ساعة، ثم يخرج ليبرد قليلاً. يزين بالصنوبر المقلي ويقطع إلى مربعات بالحجم المطلوب ويقدم مع قشدة الحليب المخفوقة.

رقاقات السميد والحليب

علبة من العجينة الجاهزة للبقلاوة

٥ أكواب من الحليب، ثلاثة أرباع الكوب من السميد

ملعقة طعام من دقيق الذرة المذوب في نصف كوب من الحليب البارد، ماء الزهر وماء الورد

كوب ونصف الكوب من الزبدة والسمن المذوبة.

التحضير

تسخن أربعة أكواب ونصف الكوب من الحليب، ويضاف إليها السميد ودقيق الذرة المذوب في الحليب.
يخلط المزيج من دون توقف فوق نار متوسطة حتى يصبح كثيفاً. يضاف ماء الزهر وماء الورد إلى المزيج ثم يسكب في صينية حتى يبرد. تفتح علبة العجينة الجاهزة وتغطى بمنشفة مطبخ. تحضر رقاقات طويلة ومستطيلة من العجينة على أن يكون عرضها ٤ إلى ٥ سم. يدهن سطح كل رقاقة بملعقة طعام من مزيج السميد، ثم تطوى العجينة للحصول على شكل مثلث. يدهن قعر صينية بالزيت، وترصف فيها المثلثات وتدهن بالزيت.
تدخل الصينية إلى فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت أو ١٨٠ درجة مئوية حتى تصبح وردية اللون.
يصب قطر السكر فوقها، وتقدم حين تصبح فاترة.
تزين الرقاقات بالفستق الحلبي المطحون.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

دجاج مشوي بالفول السوداني

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

كيلوغرام من مكعبات لحم الدجاج (صدور وأفخاذ)
ملعقة صغيرة من الملح
ملعقة طعام من الثوم المهروس
نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض
ربع ملعقة صغيرة من البهار الحلو
ربع ملعقة صغيرة من الهال
ملعقة طعام من الزنجبيل المبشور
نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر
كوب من المايونيز
نصف كوب من القشدة الطازجة
كوبان من الفول السوداني المحمص والمطحون خشنا.

التحضير

يقطع لحم الدجاج إلى مكعبات ملائمة للشواء. توضع هذه المكعبات في وعاء ويضاف إليها الملح، والثوم، والفلفل، والبهار، والهال، والزنجبيل المبشور والفلفل الأحمر. تضاف أيضاً القشدة الطازجة والمايونيز.
يغطى الوعاء ويحفظ في الثلاجة لمدة ٦ إلى ٧ ساعات.
يطحن الفول السوداني خشناً.
تغرز مكعبات الدجاج في أسياخ خشبية ثم تغمس في الفول السوداني المطحون.
يدهن قعر صينية بالزيت أو تستعمل صينية غير لاصقة وترصف فوقها أسياخ الشواء. تدخل الصينية إلى فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى ينضج لحم الدجاج ويشقر الفول السوداني قليلاً. أو يمكنك شواء الاسياخ على الفحم.
تقدم الأسياخ المشوية مع البطاطا المقلية والخضار.

ملاحظة: يجب نقع الأسياخ الخشبية في الماء لمدة ساعتين لتفادي احتراقها أثناء الخبز.

كفتة الدجاج بالخبز والكزبرة

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

- كيلوغرام من لحم الدجاج الهبر
- كوب من الكعك المطحون
- ملعقتا طعام من الكزبرة اليابسة
- نصف باقة من الكزبرة الطازجة
- بصلة كبيرة مفرومة ناعماً
- كوب من السمن أو الزيت لقلي أقراص اللحم
- كوب ونصف الكوب من الخل الأبيض
- ملح ملعقة صغيرة من البهار
- نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض ملعقة صغيرة من القرفة.

التحضير

ينقع لحم الدجاج في الخل الأبيض لمدة ساعة كاملة. يطحن لحم الدجاج بعد ذلك ليصبح ناعم القوام مثل لحم الكفتة. يضاف إليه الكعك المطحون، والملح، والبهار، والفلفل الأبيض، والقرفة والبصل المفروم. تضاف من ثم الكزبرة الخضراء واليابسة للحصول على مزيج دبق. تحضر أقراص صغيرة شبه مسطحة من الكفتة وتقلى في الكثير من الزيت أو السمن. تحضر هريسة البطاطا وتسكب حول الطبق. توضع أقراص الكفتة المقلية مع الزيت الباقي في المقلاة في وسط الطبق ويقدم الطبق ساخناً.

ملاحظة: يمكن استعمال لحم البقر أو الغنم بدل الدجاج في هذه الوصفة.

سندويش جبنة الماعز

الكمية تكفي شخصاً واحداً

- رغيف خبز فرنسي واحد ، ١٠٠غ من جبنة الماعز
- رشة من الأعشاب الريفية ، زبدة
- خس ملون مفتت إلى قطع صغيرة
- ٤ حبات من التين الأبيض ، صلصة جبنة الماعز.

التحضير

يقطع رغيف الخبز أفقياً إلى نصفين. يبسط القليل من الزبدة فوق كل شريحة، ثم تبسط فوقها جبنة الماعز. ترش فوقها الأعشاب الريفية. يحمى مصبع الفرن وتسخن شريحتا الخبز حتى تصبح جبنة الماعز طرية. يقدم السندويش مع السلطة الخضراء الملونة وصلصة جبنة الماعز وحبات التين المقطعة إلى أرباع.

صلصة جبنة الماعز

- ١٠٠غ من جبنة الماعز الطرية غير المبَردة
- ربع كوب من الحليب الرائب (كوب من الحليب
- ملعقة صغيرة من عصير الليمون)، ملعقتان صغيرتان من الخل الأبيض
- ملعقة صغيرة من خردل ديجون، ملعقة صغيرة من الصعتر الطازج المفروم
- ملعقة صغيرة من البقدونس المفروم ، رشة من برش الليمون، ملح وفلفل أسود حسب الذوق.

تخلط هذه المكونات مع بعضها للحصول على صلصة متجانسة. وإذا كانت الصلصة كثيفة، يمكن إضافة الماء أو الحليب الرائب إليها وتعديل التوابل حسب الذوق. تستخدم هذه الصلصة على الفور أو تغطى وتحفظ في الثلاجة.

صلصة كوكتيل بالخضار

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

- ثلاثة أرباع الكوب من المايونيز
- نصف ملعقة صغيرة من صلصة التاباسكو
- ملعقة طعام من صلصة وورشستر
- نصف كوب من الكاتشاب
- ملعقتان صغيرتان من عصير الليمون
- ملعقتا طعام من القشدة الطازجة
- قنبيط، بروكولي، كرفس، جزر.

التحضير

تخلط المايونيز مع صلصة التاباسكو وصلصة وورشستر والكاتشاب وعصير الليمون والقشدة الطازجة للحصول على صلصة متوسطة القوام. تقدم هذه الصلصة مع الخضار النيئة الهشة. كما يمكن تقديم هذه الصلصة مع القريدس المسلوق الموضوع فوق مهد من خس آيسبرغ.

حساء السبانخ بالتورتيلليني والدجاج

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

- كيلوغرام من السبانخ الطازج المفروم
- علبة جاهزة من التورتيلليني بالجبنة
- دجاجة صغيرة
- ٧ إلى ٨ أكواب من مرقة الدجاج
- بصلة متوسطة مفرومة ناعماً
- ملعقتا طعام من الزبدة أو ربع كوب من الزيت.

التحضير

تغسل الدجاجة ثم تسلق في مقدار كبير من الماء مع ورقة غار، وبصلة مقطعة إلى أربعة أقسام، وعوديّ قرفة، و٥ حبات بهار، و٥ حبات هال، وملعقة طعام من الملح. تسلق الدجاجة في قدر عادية أو في طنجرة الضغط لمدة ٢٠ إلى ٢٥ دقيقة حتى تنضج تماماً، ثم ينزع جلدها ويفتت لحمها. تصفى الدجاجة من الماء ويحتفظ بمقدار ٧ الى ٨ أكواب فقط من المرق. يسخن المرق في قدر كبيرة فوق النار. يغسل السبانخ ويفرم. تغمس التورتيلليني بالجبنة في مرق الدجاج المغلي إلى أن تنضج. تضاف إليها السبانخ. يقلى البصل المفروم في الزيت أو الزبدة حتى يصبح شاحب اللون، ثم يضاف إلى الحساء. يضاف أخيراً لحم الدجاج المفتت إلى الحساء. يقدم الحساء ساخناً مع الخبز المحمص.

الإجاص المسلوق في العسل (حلو مغربي)

٣ ملاعق طعام من العسل

عصير ليمونة واحدة

كوب من الماء

حفنة من خيوط الزعفران

عود قرفة

٤ إجاصات قاسية

قشرة برتقالة واحدة.

التحضير

يسخن العسل مع عصير الليمون في قدر ثقيلة تتسع للإجاصات.

يحرك المزيج فوق نار خفيفة إلى أن يذوب العسل. يضاف الماء وخيوط الزعفران وعود القرفة وقشرة البرتقال. يترك المزيج فوق النار حتى الغليان، ثم تخفف النار ويترك الكل يغلي برفق لمدة ٥ دقائق. تنزع قشرة البرتقال. تقشر الإجاصات وتترك فيها أعناقها. ثم توضع في القدر وتطهى لمدة ٢٠ دقيقة، شرط تقليبها وتطريتها في أوقات منتظمة حتى تصبح طرية. تترك الإجاصات حتى تبرد في القطر وتقدم بعد تزيينها بخيوط الزعفران.

فينيكيا (حلوى يونانية)

كوبان من السمن النباتي

كوب من عصير البرتقال

ملعقة طعام من برش البرتقال

ثلاثة أرباع الكوب من السكر الناعم

ملعقتا طعام من الباكينغ باودر

ملعقة صغيرة من القرفة، ٦ أكواب من الدقيق.

قطر السكر

٣ أكواب من السكر

كوب ونصف الكوب من الماء

ملعقتان صغيرتان من عصير الليمون.

التحضير

يذوب السمن النباتي في قدر ويوضع في وعاء. يضاف إليه عصير البرتقال وبرش البرتقال والسكر والباكينغ باودر والقرفة والدقيق.

تحضر كرات من هذا المزيج وتحشى باللوز المطحون ثم تلف مثل الكرات وتحشى بالصنوبر المطحون. تحول هذه الكرات بعدها إلى شكل زهرة وتلف وتحشى بالتمر أو تحضر أشكال تورتات صغيرة وتحشى باللوز مع قشره.

تخبز قطع البسكويت هذه حتى تصبح ذهبية اللون.

يحضر قطر السكر على أن يكون كثيفاً جداً، ثم تغمس قطع البسكويت في قطر السكر وترصف على مصبّ للتخلص من فائض القطر. إنها حلوى يونانية لذيذة.

كرات التمر

كوبان ونصف الكوب من الدقيق

نصف كوب من دقيق الذرة

نصف كوب من السكر الناعم

كوب من الزبدة في حرارة الغرفة (علبة وزنها ٢٢٧ غ)

رشة فانيلا

صفار بيضة واحدة لدهن سطح البسكويت

ربع كوب من الحليب حسب الحاجة.

الحشوة

٢٥٠غ من التمر الخالي من النوى

ملعقة طعام من الزبدة

ربع كوب من الجوز (اختياري).

تحضير الحشوة

تذوب الزبدة في قدر. يضاف إليها التمر ويهمس بمتن الشوكة حتى يهرس جيداً. يضاف الجوز (اختياري)، وتحضر كرات صغيرة من هذه الحشوة.

تحضير العجينة

يوضع الدقيق ودقيق الذرة والسكر والزبدة والفانيلا في خلاطة الطعام ويخلط الكل معاً حتى تتماسك العجينة في زاوية واحدة من وعاء الخلاطة. يجب إضافة الحليب تدريجياً إذا كانت العجينة جافة ومفتتة. تحضر كرات بحجم حبة الجوز وتفتح فجوة فيها مثل أقراص الكبة وتوضع كرة تمر داخل العجينة. تغلق العجينة وترصف في صينية غير لاصقة شرط إحداث علامة بمتن الشوكة في كل كرة. يدهن سطح الكرات بصفار البيض قبل خبزها في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت أو ١٨٠ درجة مئوية حتى يصبح سطح الكرات وردي اللون.

جاتوه بالجبنة المخبوزة

كوب وربع الكوب من بسكويت Digestive

ملعقتا طعام من السكر وملعقتا طعام من الدقيق (الطحين)

٣ ملاعق طعام من الزبدة المذوبة

٥٠٠غ من الجبنة القشدية (علبتان ونصف العلبة من جبنة الفيلادلفيا)

كوب من السكر، ملعقتان صغيرتان من برش الليمون

فانيلا، ٣ بيضات، كوب من القشدة الرائبة

فراولة (فريز) أو توت للطبقة العلوية.

التحضير

يطحن البسكويت ناعماً ويخلط مع السكر والزبدة. يبسط هذا المزيج في قعر قالب خاص بجاتوه الجبنة قطره ٢٠ الى ٢٢ سم وعلى حوافه. يدخل القالب لمدة ١٠ دقائق إلى فرن معتدل الحرارة، ثم يخرج من الفرن ويترك حتى يبرد. في وعاء آخر، تخفق الزبدة حتى تصبح طرية، ثم يضاف إليها السكر ويتابع الخفق. يضاف برش الليمون والفانيلا. يضاف البيض، بمعدل بيضة واحدة كل مرة، ومن ثم الدقيق. يصب هذا المزيج في قالب الجاتوه ويخبز لمدة ساعة كاملة في فرن حرارته ٢٥٠ درجة فهرنهايت أو ١٨٠ درجة مئوية. يترك الجاتوه في الفرن لمدة ساعة أخرى، فيما باب الفرن مغلق.

يخرج الجاتوه من الفرن وحين يبرد يوضع في الثلاجة لمدة ٦ إلى ٨ ساعات حتى يجمد. يزين الجاتوه بالقشدة الطازجة وصلصة الفراولة وحبات الفراولة.

كرات اللحم مع الأرز

الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص

نصف كيلوغرام من اللحم المفروم ناعماً

ثلاثة أرباع الكوب من الأرز المسلوق

نصف ملعقة صغيرة من الملح

نصف ملعقة صغيرة من البهار

ملعقة صغيرة من الكزبرة اليابسة

٤ ملاعق طعام من البقدونس الطازج المفروم

بصلة صغيرة مفرومة

٤ ملاعق طعام من الكزبرة الخضراء الطازجة

صلصة الدقيق، كوب من الدقيق، ٤بيضات مخفوقة

نصف كوب من الماء، ملح وفلفل.

تخلط هذه المكونات مع بعضها للحصول على مزيج ناعم.

التحضير

يخلط اللحم المفروم مع الأرز، والملح، والبهار، والكزبرة، والبقدونس والبصل المفروم. تقرص حشوة اللحم إلى كرات صغيرة بحجم حبات الجوز، ثم تقلى هذه الكرات في الزيت، وتترك جانباً حتى تبرد. تغمس كرات اللحم المقلية في صلصة الدقيق، ثم تقلى في مقدار وفير من الزيت حتى تصبح ذهبية اللون.

تقدم كرات اللحم مع السلطة الطازجة والبطاطا المقلية.

لإعداد السلطة، تخلط البقلة مع النعناع والبصل، والبندورة (الطماطم) المفرومة، والخيار المفروم. يخلط الكل جيداً وتسكب فوقه صلصة الليمون وزيت الزيتون.

غمس بالقشدة الرائبة

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

نصف كيلوغرام من القشدة الرائبة؛ نصف كيلوغرام من القشدة الطازجة

٣ إلى ٤ ملاعق طعام من عصير الليمون)

٢ إلى ٣ ملاعق طعام من مسحوق حساء البصل

رقاقات بطاطا مقلية وقطع بسكويت.

التحضير

تخلط القشدة الرائبة مع حساء البصل ويحفظ المزيج مغطى في الثلاجة لمدة ساعة كاملة. يسكب الغمس في طبق التقديم ويقدم مع البسكويت ورقاقات البطاطا المقلية.

بازيلا مع الجزر بالكاري

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

نصف كيلوغرام من البازيلا

٤ جزرات متوسطة الحجم

نصف كيلوغرام من لحم الدجاج المقطع إلى مكعبات

تفاحة صفراء مقطعة إلى مكعبات صغيرة

خمس بصلات صغيرة

٥ فصوص ثوم مفرومة

نصف كوب سمن أو زيت

٣ رؤوس بندورة (طماطم) متوسطة الحجم

ملعقة كبيرة ونصف ملعقة من الكاري

ملعقة طعام من معجون البندورة

ملعقة صغيرة من الدقيق (الطحين).

التحضير

تسخن السمن في قدر فوق نار قوية ويقلى فيها البصل المفروم والثوم حتى يذبلا. تضاف من ثم قطع التفاح ومكعبات الدجاج ويطهى الكل معاً.

يقطع الجزر إلى مكعبات صغيرة ويقلى مع الدجاج والبصل والثوم والتفاح. يضاف من ثم الكاري والدقيق. يحرك الخليط فوق نار هادئة لبضع دقائق ثم يغمر بالماء الساخن.

تترك القدر فوق النار حتى الغليان ونضوج الجزر. تضاف بعدها البازيلا مع الملح وربع ملعقة صغيرة من البهار الحلو ومعجون البندورة. تترك القدر فوق النار لمدة خمس دقائق ثم يسكب محتواها في طبق ويقدم مع الأرز المطهو.

معكرونة بالعجين

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

علبة من عجينة الباف الجاهزة ٧٢٥غ تقريباً

قالب جنبة مجدولة، قالب جبنة تشيكية

نصف باقة من البقدونس المفروم

نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض

نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر

٣ بيضات، ٣٠٠غ من النودلز المسطح

صفار بيضة واحدة لدهن سطح العجين.

التحضير

تقطع الجبنة إلى شرائح وتنقع في الماء البارد لمدة ٥ إلى ٦ ساعات للتخلص من معظم الملح. تصفى شرائح الجبنة في مصفاة. تسلق المعكرونة في الماء المملح الممزوج مع ملعقة طعام من زيت الزيتون. تصفى المعكرونة وتغسل وتوضع جانباً، ثم تخلط مع ٣ بيضات. تهرس الجبنة في خلاط الطعام أو بواسطة اليد حتى تتفتت، ثم يضاف إليها البقدونس والفلفل الأبيض والأحمر. يخلط الكل جيداً. تقسم عجينة الباف قسمين. يرش بعض الدقيق (الطحين) فوق سطح الطاولة ويفتح قسم من العجينة ليصبح بحجم صينية الخبز. يفتح من ثم القسم الثاني من العجينة ويترك جانباً. يوضع أول قسم من العجينة في قعر صينية الخبز أو طبق زجاجي مقاوم للحرارة. تسكب فوقه نصف كمية المعكرونة وتغطى بحشوة الجبنة المتنوعة. يسكب بعدها ما تبقى من المعكرونة، ومن ثم القسم الباقي من عجينة الباف. يدهن سطح عجينة الباف بصفار بيضة وتخبز الصينية في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى يصبح سطحها وردي اللون. تخرج الصينية من الفرن وتقطع إلى حصص التقديم وتقدم مع السلطة الخضراء.

برغل بالسلق والحمص

كوبان من البرغل الخشن

كوب من الحمص المنقوع في الماء طوال الليل

٣ أكواب من السلق مع ضلوعه

٣ بصلات متوسطة مفرومة ناعماً

نصف كوب من السمن النباتي أو الحيواني

كيلوغرام من لحم البقر أو الغنم المقطع

نصف ملعقة صغيرة من البهار

ربع ملعقة صغيرة من القرفة

نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود.

التحضير

يسخن الزيت في قدر، ويقلى فيه البصل حتى يصبح لونه شاحباً. تضاف قطع اللحم ويتابع القلي. تضاف التوابل ومقدار كبير من الماء الساخن بهدف طهو اللحم والحمص.

تخرج قطع اللحم وتفتت بواسطة اليد وتحفظ مغطاة لكي تبقى ساخنة.

تضاف ٣ أكواب من السلق إلى الحمص المطهو، ويتابع الطهو حتى ينضج السلق.

يغسل البرغل ويصفى، ثم يضاف إلى محتويات القدر ويطهى حتى يمتص البرغل كل الماء وإنما يبقى رطباً قليلاً. يصب المزيج في طبق التقديم ويقدم مع اللبن والكبيس المخلل.

السلطة اليونانية بدبس الرمان

كوبان من البرغل الناعم

٣ رؤوس متوسطة من البندورة (الطماطم)، مقطعة إلى مكعبات صغيرة، ٣ رؤوس مفرومة من البصل الأخضر

بصلة حمراء صغيرة مفرومة، نصف باقة من البقدونس المفروم، نصف باقة من النعناع المفروم

رأس فلفل أخضر حريف مفروم

ملعقة صغيرة من الملح، كوب من زيت الزيتون

ملعقة طعام من معجون البندورة

ملعقة صغيرة من معجون الفلفل

ربع كوب من دبس الرمان.

التحضير

يسخن نصف كوب من زيت الزيتون في قدر ويقلى فيه البصل إلى أن يصبح شاحب اللون. يضاف البرغل ومعجون الفلفل ومعجون البندورة (الطماطم). يخلط الكل معاً وترفع القدر عن النار. يفرغ المحتوى في وعاء سلطة. تضاف البندورة (الطماطم) والبصل الأخضر والبقدونس والنعناع والفلفل الأخضر الحريف والملح ونصف كوب من زيت الزيتون.

يضاف ربع كوب من دبس الرمان ويخلط الكل معاً للحصول على سلطة لذيذة. تزين السلطة بأوراق الخس وتقدم بمثابة نوع من المقبلات.

ملاحظة: يمكن استعمال الطحينة أيضاً وخلطها مع المكونات السابقة.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

معكرونة بالدجاج والخضار

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص

نصف كيلوغرام من معكرونة بيني

٣ ملاعق طعام من الزبدة

نصف كوب من أزهار البروكولي المقطعة إلى قطع صغيرة

نصف كوب من أزهار القنبيط المقطعة إلى قطع صغيرة

نصف كوب من اللوبياء الخضراء المقطعة

نصف كوب من الجزر المقطع، نصف كوب من الذرة

نصف كوب من الفطر المفروم المعلب

نصف كوب من الكوسا الصفراء المقطعة

فلفل أبيض وملح وبهار حلو

صدرا دجاج مسلوقان ومقطعان.

الصلصة

٤ ملاعق طعام من الدقيق، ٣ ملاعق طعام من الزبدة

٣ أكواب من مرقة الدجاج، ٢٠٠غ من جبنة التشيدار

نصف كوب من القشدة الطازجة.

التحضير

يسخن الماء في قدر، ثم يضاف إليه الملح. تسلق المعكرونة في الماء المملح حتى تنضج تقريباً. تصفى المعكرونة وتغسل وتحفظ في مصفاة حتى موعد الاستعمال. تسخن الزبدة في مقلاة كبيرة وتقلى فيها الخضار قليلاً.

يسلق صدرا الدجاج في قدر أخرى مع الملح والمطيبات حتى ينضجا. يرفع صدرا الدجاج من الماء لتصفيتهما جيداً. تسخن الزبدة في قدر ويضاف إليها الدقيق. يخلط الاثنان معاً حتى تفوح رائحة لذيذة. تضاف حينها مرقة الدجاج مع الملح عند الحاجة وتطهى الصلصة حتى تتكثف. تضاف حينها القشدة الطازجة والجبنة. يخلط الكل جيداً، توضع المعكرونة مع الخضار المقلية ولحم الدجاج المقطّع والصلصة في طبق مقاوم للحرارة. يخلط الكل جيداً. يرش الفلفل الأبيض والبهار الحلو فوق الطبق قبل إدخاله إلى الفرن حتى يحمرّ سطحه قليلاً.

مطبخ لها

الدجاج مع الثوم

الكمية تكفي شخصين إلى ثلاثة أشخاص

دجاجة متوسطة الحجم أو ٤ إلى ٥ قطع دجاج

رأسان كبيران من الثوم، مفصصان ومقشران

زيت لقلي قطع الدجاج وفصوص الثوم المقشرة

ماء وملح وفلفل أبيض.

التحضير

تغسل الدجاجة وتجفف وتقطع للحصول على ٤ أو ٥ قطع من الدجاج مع جلدها. يمكنك أيضاً شراء قطع دجاج جاهزة.
يرش الملح والفلفل الأبيض فوق قطع الدجاج قبل قليها في مقدار وفير من الزيت حتى يشقر لونها. تقلى فصوص الثوم المقشرة كاملة. يحضر طبق زجاجي مقاوم للحرارة مزود غطاء. توضع قطع الدجاج المقلية وفصوص الثوم المقلية في الطبق الزجاجي ويسكب فوقها ربع كوب من الماء. يغطى الطبق الزجاجي ويطهى فوق نار خفيفة حتى تنضج قطع الدجاج ويجري امتصاص الماء. قد يستغرق هذا الأمر ساعات طويلة.
يقدم الدجاج مع البطاطا المقلية وصلصة الثوم.

حساء الكوسا

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

نصف كيلوغرام من الكوسا المفرومة

٧ إلى ٨ أكواب من مرقة الدجاج أو اللحم

بصلة متوسطة مفرومة

ملعقتا طعام من الزبدة

ملح وفلفل أبيض

كوب من القشدة الطازجة.

التحضير

تغسل الكوسا وتقطع أعناقها أو رؤوسها. تسلق الكوسا في المرق حتى تنضج. يقلى البصل حتى يذبل ويضاف إلى الحساء. يهرس الحساء في خلاط الطعام حتى يصبح ناعماً وقشدياً. يضاف الملح عند الحاجة، إضافة إلى الفلفل الأبيض والقليل من القرفة.
تضاف القشدة الطازجة إلى الحساء وتخلط معه. يسخن الحساء حتى يبدأ بالغليان. يمكن إضافة المزيد من المرق أو الماء إلى الحساء لتحسين قوامه.
يزين الطبق بشرائح الكوسا والجزر يقدم الحساء مع الخبز المحمص.

غمس اللبنة مع حساء الخضار

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

نصف كيلوغرام من اللبنة

ملعقتا طعام من حساء الخضار المجفف.

التحضير

تخلط اللبنة مع حساء الخضار المجفف ويترك المزيج جانباً لمدة ساعة كاملة. ينقل المزيج إلى طبق التقديم ويقدم مع البسكويت أو الرقاقات المكسيكية (الناشوز) أو رقاقات البطاطا المقلية.

جاتوه الجبنة والليمون

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص

٧٥ الى ١٠٠ غ الزبدة، ربع كوب من السكر

١٠٠غ من بسكويت، دايجستيف مطحون ناعماً.

الحشوة

علبة ونصف العلبة (٣٠٠ غ) من الجبنة

القشدية الطرية الكاملة الدسم

٣ بيضات مفصولة ، نصف كوب من السكر

برش ليمونة واحدة، رشة فانيلا

كوب من القشدة المخفوقة

ملعقة طعام ونصف ملعقة من الجيلاتين

٧ ملاعق طعام من الماء، صلصة الليمون للزينة.

التحضير

تذوب الزبدة مع السكر في قدر فوق نار خفيفة، ثم يضاف إليها فتات البسكويت. يسكب المزيج بالتساوي في قالب خاص بجاتوه الجبنة قطره ٢٢ إلى ٢٤ سم. يحفظ الجاتوه في الثلاجة أثناء إعداد الحشوة. توضع الجبنة القشدية في وعاء كبير وتخفق مع صفار البيض، وربع كوب من السكر، وبرش الليمون والفانيلا والقشدة. يذوب الجيلاتين بطريقة البان ماري فوق قدر من الماء الساخن حتى يذوب تماماً. يضاف الجيلاتين إلى مزيج الجبنة ويوضع المزيج جانباً حتى يبدأ بالجمود. يخفق بياض البيض ثم يضاف إليه ربع كوب من السكر. يضاف هذا المزيج إلى خليط الجبنة، ثم يسكب المزيج في قالب الجاتوه. يحفظ القالب في الثلاجة لمدة ٣ إلى ٤ ساعات أو حتى تجمد الحشوة. تفك حواف قالب جاتوه الجبنة بعناية وينقل إلى صينية. يزين بصلصة الليمون ويقدم.

صلصة الليمون

كوب وربع الكوب من السكر

ثلث كوب وملعقة طعام من دقيق الذرة

كوب ونصف الكوب من الماء، صفار ٣ بيضات مخفوقة قليلا

٣ ملاعق طعام من الزبدة

ملعقتان صغيرتان من برش الليمون، نصف كوب من عصير الليمون

قطرتان من ملون الطعام الأصفر حسب الرغبة.

التحضير

يخلط السكر مع دقيق الذرة في قدر. يضاف إليهما الماء تدريجياً. يطهى الخليط فوق نار متوسطة مع التحريك باستمرار إلى أن يتكاثف ويغلي. يترك المزيج ليغلي مدة دقيقة كاملة. تسكب نصف كمية المزيج الساخن فوق صفار البيض ويوضع الخليط فوق النار حتى يغلي لمدة دقيقة كاملة. ترفع القدر عن النار وتضاف إليها الزبدة مع قشر الليمون وعصير الليمون وملون الطعام الأصفر. تترك القدر جانباً حتى يبرد محتواها. وإذا أصبح محتواها جامداً جداً، يمكن إضافة القليل من الماء إليه لجعله قابلاً للبسط. تسكب هذه الصلصة فوق جاتوه الجبنة البارد.

قرون محشوة بالقشدة

الكمية تصنع ٨ إلى ١٠ قرون

علبة من عجينة الباف الجاهزة ?ttaP ffuP

كوب من القشدة الطازجة

ملعقتا طعام من السكر، رشة فانيلا

فستق حلبي مطحون على نحو خشن

صفار بيضة واحدة.

التحضير

يرش القليل من الدقيق فوق سطح الطاولة. ترق عجينة الباف للحصول على شكل مستطيل. تقطع العجينة إلى شرائح طولها ٨ إلى ١٠ سم. تنقع الأبواق المعدنية في الماء ثم تلف أشرطة العجين حولها على نحو رخو. تدهن أشرطة العجين الملفوفة حول الأبواق بصفار البيض. يدهن قعر صينية غير لاصقة بالقليل من الماء وترصف فيها أبواق العجين. تخبز الصينية في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى تصبح العجينة ذهبية اللون. ترفع الأبواق من الفرن وتنزع العجينة المخبوزة عن البوق المعدني. تترك القرون جانباً حتى تبرد. تحشى القرون بالقشدة المخفوقة بواسطة كيس الحلويات المزود رأساً معدنياً. تغمس القرون المحشوة في الفستق الحلبي المطحون وتقدم مع الشاي أو القهوة أو العصير.

جاتوه بالفاكهة والكاسترد

الكمية تصنع ١٢ قطعة جاتوه

١٢قطعة جاتوه كبيرة الحجم)ekaC guC(

كوب من صلصة الكاسترد

فاكهة ملونة مثل الفريز (الفراولة)

والدراق والكيوي.

التحضير

تقطع كل قطعة جاتوه إلى شريحتين أفقيتين. توضع الشريحة السفلية في طبق التقديم ويسكب فوقها مقدار ملعقتيّ طعام من الكاسترد.
توزع الفاكهة الطازجة الملونة فوق الكاسترد، ثم تبسط فوقها الطبقة الثانية من الجاتوه.
يسكب فوقها المزيد من الكاسترد.
تزين كل قطعة جاتوه بالمزيد من الفاكهة وتقدم بمثابة حلوى طازجة.

قطع الجاتوه

ثلثا الكوب من السكر

كوب وربع الكوب من الزبدة، فانيلا

٥ بيضات في حرارة الغرفة

٣ أكواب من الدقيق (الطحين) المتعدد الاستعمالات

ملعقة صغيرة من الباكينغ باودر

كوب من الحليب، رشة ملح.

التحضير

يحمى الفرن للدرجة ٣٥٠ فهرنهايت. يدهن ١٢ قالب جاتوه صغير بالزيت ويرش فوقها الدقيق. يخفق السكر مع الزبدة والفانيلا والبيض في وعاء كبير حتى الحصول على مزيج ناعم وقشدي. يخلط الدقيق مع الباكينغ باودر والملح. يخفق هذا المزيج مع الحليب تدريجياً. يسكب المزيج في قوالب الجاتوه ويخبز في الفرن لمدة ٥٠ إلى ٥٥ دقيقة. تترك قطع الجاتوه حتى تبرد لمدة ٢٠ دقيقة ثم ترفع من القوالب.

أسياخ الفاكهة

إجاص، مانغا، كيوي، عنب أسود بابايا

فريز (فراولة)، شرائح أناناس دراق

تفاح، أسياخ خشبية، صلصة شوكولا.

التحضير

عليك أولاً اختيار فاكهة طازجة وملونة. تقشر الفاكهة وتقطع إلى مكعبات أو شرائح. وفي حال استعمال الإجاص والتفاح، يجب سكب عصير الحامض فوقهما لتفادي اسوداد لونهما. تغرز مكعبات الفاكهة الملونة في الأسياخ الخشبية وتغطى وتحفظ في الثلاجة حتى موعد التقديم. تحضّر صلصة الشوكولا وتقدم مع أسياخ الفاكهة.

صلصة الشوكولا

٢٠٠غ من الشوكولا السوداء نصف الحلوة

كوب من القشدة الطازجة

ملعقة صغيرة من الزبدة.

التحضير

تسخن القشدة الطازجة في قدر. تفرك الشوكولا على نحو خشن وتخلط مع القشدة الطازجة وتترك جانباً لمدة ١٥ دقيقة حتى تذوب. يحرك المزيج بملعقة خشبية أو شريط معدني. تضاف إليه الزبدة وتخلط معه. تسكب الصلصة في طبق خاص وتقدم مع الفاكهة.

عصير الجزر والشمام

الكمية تكفي شخصاً واحداً

نصف كوب من عصير الجزر

١٠٠غ من الشمام الأصفر

٤ مكعبات من الثلج

ربع ملعقة صغيرة من الزنجبيل الطازج.

التحضير

يخلط عصير البرتقال مع الشمام الأصفر ومكعبات الثلج وقطعة الزنجبيل لمدة ٣٠ ثانية في الخلاط الكهربائي. يصفى العصير ويقدم على الفور.

القهوة المثلجة

الكمية تكفي شخصاً واحداً

نصف كوب من القهوة المركزة السريعة الذوبان، رشة من مسحوق الكاكاو

٦ملاعق طعام من البوظة بنكهة القهوة

قشدة طازجة مخفوقة، رشة قرفة.

التحضير

تذوب ملعقة طعام من القهوة السريعة الذوبان في نصف كوب من الماء الساخن، ثم يحفظ الخليط في الثلاجة حتى يبرد تماماً. تخلط القهوة الباردة مع بوظة القهوة والقرفة ومسحوق الكاكاو.

يسكب الخليط في أكواب باردة وتسكب فوقه القشدة الطازجة المخفوقة. يمكن استعمال كيس الحلويات المزود قرطاساً معدنياً متعرجاً لسكب القشدة. يرش مسحوق الكاكاو في الأعلى ويزين كل كوب بعود قرفة ويقدم بارداً على الفور.

شراب اليانسون الآسيوي بالتفاح الأخضر

الكمية تكفي شخصاً واحداً

نصف كوب من المياه المعدنية

سكر، ٣ حبات يانسون آسيوية على شكل نجمة

نصف تفاحة خضراء منزوعة البذور

٥ مكعبات ثلج مطحون لكل كوب شراب.

التحضير

يغلى الماء مع حبات اليانسون، ثم يغطى ويترك جانباً للحصول على نقيع. يصفى بعدها شراب اليانسون ويترك ليبرد. يخلط هذا الشراب مع شرائح التفاح ومكعبات الثلج.

تضاف كمية كافية من السكر إلى كل كوب حسب رغبة الشخص.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

ورق عنب محشو مع المقادم

تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

نصف كيلوغرام من ورق العنب الطازج

٣٠٠ غرام من اللحم المفروم ، كوب من الأرز المصري

٤ إلى ٥ رؤوس بندورة (طماطم) حمراء

نصف كوب من السمن ، عصير ليمونتين

رشة ملح، ملعقة صغيرة من البهار الحلو

نصف ملعقة صغيرة من القرفة

نصف ملعقة صغيرة من البهار الحريف

ملعقة طعام من معجون البندورة، رأسا ثوم مقشران.

التحضير

يغمس ورق العنب الطازج في الماء المغلي حتى يذبل. يغسل الأرز ويصفى من الماء ثم يخلط مع اللحم المفروم والملح والتوابل. يقشر رأسا بندورة ويفرمان ناعماً ويخلطان مع الأرز والسمنة. تحرك الحشوة جيداً حتى تمتزج مكوناتها ببعضها البعض. تحشى أوراق العنب بهذه الحشوة وتلف جيداً. يرصف لحم المقادم المطهو في قعر قدر كبيرة مع صفوف مستديرة من ورق العنب المحشو. توزع ٥ إلى ٦ فصوص ثوم فوق كل صف من أوراق العنب المحشوة. تعصر بقية رؤوس البندورة ويسكب العصير مع القليل من الملح فوق أوراق العنب المحشوة. توضع القدر فوق نار متوسطة لمدة خمس دقائق. يسكب بعدها مرق المقادم فوق محتوى القدر ويوضع صحن زجاجي فارغ بالمقلوب فوق أوراق العنب المحشوة قبل متابعة الطهو فوق نار قوية لبضع دقائق. تخفف بعدها النار ويرفع الصحن الزجاجي من القدر. يسكب عصير الحامض فوق محتوى القدر ويتابع الطهو حتى تنضج أوراق العنب. ترفع القدر عن النار وتترك جانباً لمدة عشر دقائق. يقلب محتوى القدر فوق طبق كبير. يزين الطبق بالمقادم وقطع الليمون الحامض ويقدم ساخناً.

تحضير المقادم

٤ مقادم غنم، ملح، عودا قرفة

بصلة كبيرة مقطعة، قشرة برتقالة صغيرة.

تمرر المقادم فوق النار للتخلص من كل الشعر الزائد، ثم يقطع وسط الحافر بالسكين لإخراج كيس صغير. تفرك المقادم بالدقيق وتغسل بالصابون والماء مرات عدة، ثم توضع في قدر فوق نار قوية وتغمر بالماء. يغلى محتوى القدر فوق النار مع ضرورة التخلص من الزفرة كلما ظهرت. يضاف الملح مع عودين من القرفة وبصلة كبيرة مقطعة وقشرة برتقالة صغيرة إلى محتوى القدر. تترك القدر تغلي فوق نار متوسطة حتى تنضج المقادم. ترفع بعدها المقادم من القدر وتحفظ ساخنة في وعاء. تجرد المقادم من العظام وترصف في قعر القدر المراد استعماله لطهو ورق العنب المحشو.

كبة حماه بالسبانخ

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

عجينة الكبة

نصف كيلوغرام من اللحم الهبر

بصلة متوسطة الحجم، ٣ أكواب من البرغل الناعم، كوب من السميد، ملح

نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود

ملعقة صغيرة من البهار الحلو، ماء لدعك الكبة.

الحشوة

٢٥٠غ من اللحم المفروم، نصف ملعقة صغيرة من البهار

نصف ملعقة صغيرة من القرفة

ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود

ملح ، نصف كوب من الصنوبر

٣ بصلات كبيرة مفرومة ناعماً

ثلاثة أرباع الكوب من السمن أو الزيت مع الزبدة.

الصلصة

كمية من عظام الغنم وعودا قرفة

وبصلة متوسطة الحجم وملح ، ٢ كلغ من السبانخ ، بصلة كبيرة

باقة كزبرة، عصير ليمون أو أفندي

٥ فصوص ثوم.

التحضير

تغسل العظام وتوضع في قدر وتغمر بالكثير من الماء. تسلق العظام وتزال عنها الزفرة عند ظهورها. تضاف القرفة، والبصلة المقطعة إلى أرباع، والملح. يسلق الكل لمدة ساعتين تقريباً فوق نار خفيفة. تصفى المرقة ويجري التخلص من العظام. تحضر عجينة الكبة وتحشى الأقراص بالحشوة. ترصف الأقراص في صينية عريضة وتغطى بفوطة مطبخ للحؤول دون جفافها.

لإعداد الصلصة

يغسل السبانخ مرات عدة للتخلص من الرمل، ثم يفرم ناعماً. تفرم البصلة ناعماً وتقلى في السمن حتى تشقر. يضاف السبانخ إلى البصل ويطهى معه حتى يذبل. تسكب المرقة فوق هذا المزيج. تغسل الكزبرة وتصفى وتفرم ثم تقلى في ملعقة طعام من السمن أو الزبدة. يضاف إليها الثوم ويسكب الخليط فوق مزيج السبانخ. يضاف عصير ليمونتين مع ربع ملعقة صغيرة من السكر أو يضاف عصير ٣ ليمونات أفندي. حين يغلي المزيج، تضاف إليه أقراص الكبة ويطهى الكل فوق نار متوسطة حتى ينضج.

يسكب الخليط في الأطباق ويقدم ساخناً شرط ألا يكون المرق كثيفاً.

عصافير مع البندورة

الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص

كيلوغرام من البندورة (الطماطم) الحمراء المقشرة والمفرومة، نصف كوب من السمن أو الزيت، ١٥ عصفوراً

بصلتان متوسطتان مفرومتان ، بهار حلو ، ملح

نصف كوب من الماء الساخن.

التحضير

تنظف العصافير ولكن من دون غسلها، كما ينظف جوفها وتمسح بمحارم المطبخ الورقية. يرش فوقها الملح والفلفل الأبيض. تسخن السمن في مقلاة وتقلى فيها العصافير حتى تصبح ذهبية قليلاً. ترفع العصافير من المقلاة وتوضع جانباً. تستعمل السمن نفسها لقلي البصل حتى يذبل. تقشر البندورة وتفرم ثم تضاف إلى البصل وتطهى معه لبضع دقائق حتى ينضج البصل والبندورة جيداً. تضاف العصافير إلى البندورة والبصل، ويضاف الملح والبهار حسب الحاجة. يضاف نصف كوب من الماء الساخن إلى محتوى القدر. تغطى القدر وتطهى فوق نار خفيفة حتى يجري امتصاص كل الصلصة وتنضج العصافير. تقدم العصافير مع الأرز المسلوق.

القريدس مع الزنجبيل والبصل الأخضر

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

كيلوغرام من القريدس المتوسط الحجم، المقشر والمنظف والمغسول

٦ملاعق طعام من الزيت

٤ إلى ٥ رؤوس من البصل الأخضر مقطعة إلى شرائح طويلة ورفيعة

ملعقة طعام من الزنجبيل الطازج المفروم

فلفل أسود

٣ فصوص ثوم مفرومة ناعماً

٤ ملاعق طعام من الكاتشاب

بضع قطرات من صلصة التاباسكو

ملعقتان صغيرتان من السكر

٣ ملاعق طعام من دقيق الذرة

٤ ملاعق طعام من الماء

ملعقتا طعام من صلصة المحار (صلصة أويستر).

التحضير

تسخن ٦ ملاعق طعام من الزيت في مقلاة ويضاف إليها القريدس مع الملح والفلفل. يقلى القريدس حتى يصبح وردي اللون. ترفع حبات القريدس من المقلاة وتوضع جانباً. يجب عدم الإفراط في قليها تفادياً لانكماشها. يقلى الثوم مع الزنجبيل والبصل الأخضر في المقلاة نفسها لبضع دقائق. يضاف الكاتشاب مع صلصة المحار، وصلصة التاباسكو والسكر. يطهى الكل لمدة دقيقة واحدة. يذوب دقيق الذرة في الماء ويضاف إلى المزيج السابق. يضاف أخيراً القريدس المقلي. تحرك كل المكونات مع بعضها. يقدم الطبق مع الأرز الأصفر.

الرافيولي المحشو باللحم مع صلصة البندورة (الطماطم)

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

عجينة الرافيولي بالسبانخ

٣ أكواب من الدقيق

نصف كوب من السبانخ المطهو والمصفى والمهروس

بيضتان، نصف ملعقة صغيرة من الملح.

التحضير

يخلط الدقيق مع السبانخ والملح والبيض في خلاط الطعام حتى الحصول على عجينة قاسية. يوقف الخلط حين تصبح العجينة متماسكة في زاوية واحدة من وعاء الخلاط. وإذا كانت العجينة دبقة، يمكن إضافة المزيد من الدقيق إليها لجعلها قاسية ومتماسكة. تقسم العجينة إلى ثلاث كرات، وتغطى بمنشفة مطبخ رطبة وتترك لترتاح مدة ساعة كاملة. يرش الدقيق فوق طاولة العمل وترق العجينة بواسطة الشويك للحصول على دائرة كبيرة. تقطع العجينة بواسطة قطاعة الرافيولي إلى أشرطة عرضها ١٠ سم.

يسكب مقدار نصف ملعقة صغيرة من الحشوة، وفق فرجات منتظمة، فوق كل شريط عجين. يطوى بعدها الشريط إلى اثنين، مع ضرورة الضغط جيداً على حوافه، ثم يقطع الشريط إلى مربعات صغيرة بواسطة قطّاعة الرافيولي. يرش بعض الدقيق في صينية الخبز وترصف فوقه قطع الرافيولي المحضرة. تسلق قطع الرافيولي في الماء المغلي المملح لمدة ٥ الى ٦ دقائق حتى تنضج تقريباً. تحضر صلصة البندورة.

الحشوة

نصف كيلوغرام من اللحم المفروم على نحو متوسط

بصلة صغيرة مفرومة ناعماً

ملعقة صغيرة من الملح

فلفل وبهار وفلفل أحمر، تخلط هذه المكونات مع بعضها لتحضير حشوة الرافيولي.

تحضير صلصة البندورة (الطماطم)

٤ إلى ٥ رؤوس بندورة (طماطم) مقشرة

ومفرومة ناعماً ، ملعقة طعام من الزبدة

ملعقة صغيرة من السكر ، ملعقة صغيرة من الملح

فص ثوم مهروس وملعقة صغيرة من البصل المفروم

تطهى هذه المكونات مع بعضها حتى الحصول على صلصة كثيفة.

تسكب ٤ إلى ٥ قطع من الرافيولي في طبق التقديم وتسكب فوقها صلصة البندورة (الطماطم) وتقدم مع شرائح جبنة البارميسان.

ملاحظة: من الممكن طحن هذه المكونات للحصول على هريسة البندورة (الطماطم).

عصير فاكهة الآلام والبرتقال

ربع كوب من الحليب البارد

ثلاثة أرباع الكوب من عصير فاكهة الآلام مع السكر (Passion fruit)

ربع كوب من عصير البرتقال

نصف ملعقة صغيرة من شراب الفراولة.

التحضير

يخلط الحليب البارد مع شراب فاكهة الآلام وعصير البرتقال في الخلاط الكهربائي. يضاف من ثم شراب الفراولة المركز ويقدم الشراب بارداً. يزين كوب الشراب بشرائح فاكهة النجمة (فاكهة استوائية).

شراب الشوكولا بالبوظة

الكمية تكفي شخصاً واحداً

٣ ملاعق طعام من بوظة الشوكولا

نصف إلى ثلاثة أرباع الكوب من الحليب البارد

رشة فانيلا، مكعبان من الثلج

٣ ملاعق طعام من بوظة الفانيلا.

التحضير

تخلط بوظة الشوكولا مع الحليب البارد والفانيلا ومكعبات الثلج في الخلاط لمدة ٣٠ ثانية. يسكب الخليط في الأكواب وتوزع فوقه بوظة الفانيلا بواسطة مغرفة البوظة. يقدم الشراب على الفور.

ملاحظة: مغرفة البوظة هي ملعقة خاصة تستعمل لغرف البوظة. وهي مميزة بشكلها الكروي وتتوافر في أحجام مختلفة (١ أو ٢ أو ٣ ملاعق طعام).

جاتوه الجبنة والشوكولا

الكمية تكفي ٨ أشخاص

٥٠غ من الزبدة، ربع كوب من السكر

١٠٠غ من بسكويت دايجستيف المغلف بالشوكولا والمهروس ناعماً.

الحشوة

٢٠٠غ من جبنة فيلادلفيا القشدية الكاملة الدسم

بيضتان مفصولتان

نصف كوب من السكر الأسمر

برش نصف ليمونة

نصف كوب من القشدة الرائبة

ملعقة طعام من مسحوق الجيلاتين

٥ملاعق طعام من الماء.

الطبقة العلوية

نصف كوب من السكر

ربع كوب من الماء

٢٠٠ غ من الشوكولا السوداء المقطعة

ملعقتا طعام من الزبدة.

التحضير

تذوب الزبدة مع السكر في قدر فوق نار خفيفة، ثم يضاف إليهما فتات البسكويت. يسكب هذا الخليط في قعر قالب دائري خاص بجاتوه الجبنة قطره ٢٠ سم ومدهون بالقليل من الزيت. كما يمكن سكب الخليط في دوائر صغيرة فردية حجمها ٤×٧ سم. يحفظ الخليط في الثلاجة أثناء إعداد الحشوة. تفتت قطع الشوكولا وتذوب في المايكروايف ثم تترك لتبرد.

تخلط الجبنة في وعاء كبير مع صفار البيض، والسكر الأسمر، وبرش الليمون، والشوكولا المذوبة والباردة والقشدة الرائبة.

يخلط الجيلاتين مع الماء في وعاء صغير موضوع فوق وعاء من الماء المغلي (بان ماري) حتى يذوب الجيلاتين. يضاف الجيلاتين المذوب إلى مزيج الجبنة ويترك الخليط جانباً حتى يجمد تقريباً.

يخفق بياض البيض حتى يصبح خفيفاً وجامداً، وتضاف إليه بقية السكر الأسمر.

يضاف هذا الخليط إلى مزيج الجبنة. يسكب المزيج في قالب الجاتوه المحضر أو في الدوائر الفردية.

يحفظ القالب في الثلاجة لمدة ٣ إلى ٤ ساعات أو حتى تجمد الحشوة. تسكب صلصة الشوكولا في الأعلى.

وحين تجمد، يرش فوقها مسحوق الكاكاو وتزين بالفاكهة. تفك حواف قالب الجاتوه بعناية وينقل الجاتوه إلى طبق التقديم.

تحضير صلصة الشوكولا

يوضع السكر والماء في قدر على النار وحين يبدأ بالغليان تطفئ النار عن القدر، وتضاف قطع الشوكولا الى المزيج تترك لتذوب بحرارته.

ثم تضاف الزبدة الى المزيج وتخلط للحصول على صلصة متوسطة الكثافة. يترك جانباً ليبرد تماماً قبل سكبه على قالب الجاتوه.

كباب بالكرز الأسود

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

كيلوغرام من لحم العجل أو الغنم المفروم ناعماً (كفتة)

ملعقة صغيرة من الملح، ملعقة صغيرة من البهار

نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر، ربع ملعقة صغيرة من القرفة، نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود

كيلوغرامان ونصف الكيلو من الكرز الصغير والحامض

كوبان من السكر ، زيت للقلي، كوبان من الماء لنقع بذور الكرز.

التحضير

تنزع بذور الكرز وتنقع هذه البذور في كوبين من الماء ثم تفرك جيداً وترمى ليتم الاحتفاظ فقط بالماء. توضع حبات الكرز المنزوعة البذور مع الماء والسكر في قدر وتطهى فوق النار لمدة ١٠ إلى ١٢ دقيقة. يخلط اللحم مع الملح، والبهار، والفلفل الأحمر والأسود والقرفة. تحضر كرات صغيرة بحجم حبات الكرز من خليط اللحم. تبلل اليدان بالماء أثناء تقريص اللحم وذلك لتفادي التصاقه باليدين. تقلى كرات اللحم في الزيت ثم تضاف إلى مزيج الكرز وتطهى معاً إلى أن تتكاثف الصلصة قليلاً. يقطع الخبز العربي إلى مربعات ويرصف في قعر الطبق (اختياري). يسكب فوقه مزيج اللحم والكرز ويقدم الطبق ساخناً.

معكرون الصنوبر

بياض ٣ بيضات، دقيق حسب الحاجة

بضع قطرات من خلاصة اللوز

كوب من اللوز المحتفظ بقشره

كوب من الصنوبر، كوبان من السكر الناعم

صنوبر لغمس حبات المعكرون.

التحضير

يهرس اللوز مع الصنوبر والسكر الناعم في الخلاط الكهربائي للحصول على مزيج ناعم. يضاف إليه بياض البيض وخلاصة اللوز وقدر ما يلزم من الدقيق للحصول على عجينة دبقة. تقرص العجينة إلى كرات بحجم حبات الجوز وتغمس في الصنوبر. ترصف الكرات في صينية غير لاصقة أو فوق ورق البرشمان وتخبز لمدة ١٢ إلى ١٥ دقيقة في فرن حرارته ٣٢٥ درجة فهرنهايت حتى تصبح حبات المعكرون وردي اللون.

كرات الشوكولا البيضاء

الكمية تكفي شخصين

شريحتان من جاتوه الشوكولا المحشو بالزبيب والجوز أو جاتوه الشوكولا العادي حسب الرغبة

٢ إلى ٣ ملاعق طعام من معجون الشوكولا (شوكو ماكس).

٣ إلى ٤ مربعات من الشوكولا البيضاء المذوبة

فستق حلبي مطحون خشناً للزينة.

التحضير

تفتت شريحتا الجاتوه في وعاء. تضاف إليها معجون الشوكولا ويخلط المزيج حتى يصبح دبقاً. يقرص المزيج إلى كرتين بحجم حبة الجوز.

تحفظ الكرتان في الثلاجة لمدة ساعة. تذوب الشوكولا البيضاء في البان ماري أو في المايكروايف.

تغمس الكرتان في الشوكولا البيضاء المذوبة حتى تتغلف من كل الجهات والجوانب. يرش الفستق الحلبي المطحون فوق كل كرة وتوضع الكرتان جانباً فوق ورق البرشمان حتى تجمد الشوكولا. تقدم الكرتان مع الشاي أو القهوة أو العصير أو سلطة الفاكهة.

ملاحظة: يمكن جعل هذه الكرات أصغر حجماً في حفلات الكوكتيل. كما يمكن تغليف هذه الكرات بالشوكولا السوداء أو نصف الحلوة حسب الرغبة، على أن يكون الجاتوه من النوع الأبيض بنكهة البرتقال.

الجاتوه المحشو بالشوكولا

الكمية تكفي ٨ الى ١٠ أشخاص

حشوة من كريما الشوكولا، موزتان مهروستان، مسحوق الكاكاو، قطع شوكولا للزينة

قطر سكر (ربع كوب من السكر مغلي مع ربع كوب من الماء لبعض الوقت).

وصفة الجاتوه

٦ بيضات مفصولة، ربع ملعقة صغيرة من الملح

نصف كوب من السكر، فانيلا

ربع كوب من الدقيق، ربع كوب من مسحوق الكاكاو.

التحضير

يخفق بياض البيض مع ٤ ملاعق طعام من السكر حتى يصبح كثيف القوام. (مثل الناطف).
يخفق صفار البيض مع ملعقتي طعام من السكر. يضاف إليه الدقيق ومسحوق الكاكاو والفانيلا ويحرك الخليط بواسطة الملعقة. يضاف بياض المخفوق إلى هذا المزيج ويحرك المزيج ليصبح خفيفاً.
يبسط مزيج الجاتوه في شكل طبقة رقيقة فوق صينية مبطنة بورق البرشمان، ويخبز لمدة ١٠ إلى ١٢ دقيقة في فرن حرارته ٤٠٠ درجة فهرنهايت حتى ينضج الجاتوه من الأعلى والأسفل. يخرج الجاتوه من الفرن ويترك جانباً حتى يبرد. ينزع ورق البرشمان بعناية عن الجاتوه ويقطع الجاتوه أفقياً إلى دائرتين متساويتين قطرهما ٢٠ سم. يترك الجاتوه جانباً ليبرد تماماً.

تحضر موس الشوكولا

يقطع الموز إلى شرائح دائرية. يوضع قرص من الجاتوه في قعر صينية معدنية قطرها ٢٠ سم. يدهن سطحه بالقليل من قطر السكر. ترصف فوقه نصف كمية شرائح الموز. يغطى الموز بجزء من كريما الشوكولا، ثم يرصف المزيد من شرائح الموز وبعدها بقية كريما الشوكولا. يمهد سطح كريما الشوكولا بواسطة ملعقة خشبية مسطحة. يرش مسحوق الكاكاو في الأعلى ويزين الجاتوه بقطع الشوكولا ويحفظ في الثلاجة حتى موعد التقديم.

حشوة كريما الشوكولا

كوب من السكر، ربع كوب من دقيق الذرة

رشة ملح، كوبان ونصف الكوب من القشدة الطازجة

صفار ٤ بيضات في حرارة الغرفة

٤ ملاعق طعام من الزبدة غير المملحة المقطعة إلى قطع، فانيلا

١٢٠غ من الشوكولا نصف الحلوة المفرومة

التحضير

يخفق السكر مع دقيق الذرة والملح في قدر. تضاف من ثم القشدة الطازجة وتحرك مع المزيج حتى يصبح هذا الأخير ناعماً. يوضع المزيج فوق النار حتى الغليان، مع ضرورة التحريك باستمرار. تخفف بعدها النار ويترك المزيج يغلي برفق لمدة دقيقتين إلى ثلاث دقائق إضافية. يخفق صفار البيض ويسكب فوقه مزيج القشدة الساخن ببطء في وعاء آخر. يحرك الكل جيداً.
يعاد المزيج ويطهى مجدداً لمدة قصيرة فوق نار خفيفة، مع ضرورة التحريك باستمرار، حتى يتكثف المزيج. ويرفع عن النار وتضاف اليه الزبدة والفانيلا والشوكولا حتى الحصول على كريما ناعمة. تسكب هذه الكريما في وعاء ويوضع ورق النايلون اللاصق مباشرة على سطحها للحؤول دون تكون قشرة على سطحها. تترك الكريما حتى تبرد وتصبح في حرارة الغرفة. تستعمل هذه الحشوة لإعداد الجاتوه، ثم يحفظ الجاتوه في الثلاجة حتى موعد التقديم.

زينة الشوكولا

تذوّب الشوكولا نصف الحلوة في البان ماري أو المايكروايف. توضع هذه الشوكولا في كيس حلويات مزود رأساً معدنياً صغيراً أو في بوق مصنوع من ورق البرشمان وتسكب الشوكولا في شكل خطوط دائرية فوق ورق البرشمان. يلف ورق البرشمان بعدها برفق للحصول على أشكال ملتفة من الشوكولا. تحفظ الشوكولا في الثلاجة. توضع أشكال الشوكولا الزخرفية فوق الجاتوه المحضر.

كيك الأناناس

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

ربع كوب من عصير الأناناس

ربع كوب من عصير البرتقال

ربع كوب من الحليب الرائب (حليب مع ملعقة صغيرة من عصير الليمون)

كوب ونصف الكوب من الدقيق المتعدد الاستعمالات، ملعقتان صغيرتان من الباكينغ باودر

٦ ملاعق طعام من الزبدة الطرية غير المملحة

كوب من السكر، بيضتان كبيرتان في حرارة الغرفة

فانيلا، نصف ملعقة صغيرة من خلاصة اللوز (إختياري).

طبقة الأناناس العلوية

٣ ملاعق طعام من الزبدة غير المملحة

نصف كوب من السكر الأسمر

علبة متوسطة من شرائح الأناناس المصفاة ملعقة طعام من العسل.

التحضير

يدهن قالب الكيك بالزيت ويرش بالدقيق أو يبطن بورق البرشمان. يخلط عصير الأناناس مع عصير البرتقال والحليب الرائب. وفي وعاء آخر، يخلط الدقيق مع الباكينغ باودر. تخفق الزبدة مع السكر في وعاء الخفاقة الكهربائية المضبوطة على السرعة المتوسطة وذلك لمدة ٤ إلى ٥ دقائق. يضاف البيض، بمعدل بيضة واحدة كل مرة، إلى محتوى الوعاء. تضاف من ثم الفانيلا وخلاصة اللوز. تضاف المكونات الجافة إلى مزيج السكر والزبدة بالتناوب مع مزيج عصير الأناناس والبرتقال. يخفق المزيج بعد كل إضافة، مع ضرورة البدء والانتهاء بالمكونات الجافة. يخلط المزيج جيداً وتكشط حواف الوعاء ثم يسكب الخليط في قالب الكيك المحضر. يخبز الكيك لمدة ٣٥ إلى ٤٠ دقيقة في الفرن حتى يخرج عود الأسنان المغروز فيه نظيفاً. يخرج الكيك من الفرن ويوضع على مصبع حديدي ويترك لمدة ١٠ دقائق. يزين الكيك بشرائح الأناناس وحبات التوت.

طبقة شرائح الأناناس

تسخن الزبدة في قدر مع السكر الأسمر والعسل. يحرك المزيج حتى يصبح ناعماً. تطهى شرائح الأناناس في هذا القطر حتى تصبح طرية وكثيرة العصارة. ترصف هذه الشرائح فوق الكيك المخبوز.

تورتة جوز الهند مع المانجا والفراولة

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

عجينة جوز الهند، ثلث كوب من بياض البيض في حرارة الغرفة، ٣ ملاعق طعام من السكر

ملعقتا طعام من بودرة اللوز مع ثلث كوب من السكر الناعم، نصف كوب من برش جوز الهند.

التحضير

يخفق بياض البيض مع ٣ ملاعق طعام من السكر حتى يصبح أبيض وقوامه كثيف. يضاف مزيج بودرة اللوز والسكر الناعم بعناية إلى المرانغ (مزيج البيض المخفوق مع السكر) المحضر ويحرك الخليط بواسطة ملعقة مسطحة. يضاف برش جوز الهند ويحرك المزيج جيداً. يسكب هذا المزيج في قعر قالب تورتة غير لاصق بواسطة كيس حلويات مزود رأساً معدنياً عادياً، على أن يتم السكب في شكل لولبي بحيث تملأ دوائر المزيج كل قعر القالب. يخبز القالب في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى يصبح المرانغ وردي اللون. تخرج الصينية من الفرن وتترك حتى تبرد تماماً. تملأ هذه التورتة بالكريم باتيسيير مع جوز الهند وتزين بشرائح المانجا والفراولة. يدهن سطح التورتة بمربى المشمش المسخن أو بملمع الطعام الجاهز والشفاف اللون. (راجعي قسم الحلويات في السوبرماركت).

كريم باتيسيير بجوز الهند

كوب من حليب جوز الهند، كوب من الحليب

ربع كوب من دقيق الذرة، نصف كوب من السكر

٣ بيضات، فانيلا.

التحضير

يسخن حليب جوز الهند مع الحليب في قدر فوق النار. تطفأ النار. يذوب دقيق الذرة مع السكر والبيض في وعاء آخر. يضاف هذا المزيج ببطء إلى خليط حليب جوز الهند، باستعمال الشريط المعدني حتى الحصول على مزيج متجانس تماماً. تعاد القدر إلى النار ويطهى محتواها حتى يتكثف وتبدأ الفقاقيع بالظهور فيه. ترفع القدر عن النار ويسكب محتواها في طبق مسطح. تغطى الكريما بورق النايلون اللاصق مباشرة وتترك حتى تبرد.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

سمك السلطان الرشيد

الكمية تكفي ١٠ الى ١٢ شخصاً

- كيلوغرامان من سمك اللقز أو الهامور الأبيض
- ٤ أكواب من الأرز الباكستاني
- نصف كوب من اللوز، نصف كوب من الصنوبر
- نصف كوب من الزبيب، كوبان من السمنة أو الزيت والزبدة
- ملعقة صغيرة من خيوط الزعفران
- ملعقة صغيرة من القرفة.

التحضير

يغسل الأرز مرات عدة ثم ينقع في الماء البارد مع ملعقتي طعام من الملح الخشن. يفرم البصل إلى شرائح رقيقة. تسخن السمنة ويقلى فيها اللوز قبل نقله إلى طبق. يقلى من ثم الزبيب ويرفع، ثم يقلى البصل حتى يصبح ذهبي اللون ويرفع. ينقل زيت القلي إلى قدر كبيرة وتقلى فيه قطع السمك قبل رفعها إلى طبق. يسلق الأرز في مقدار وفير من الماء لمدة ٦ دقائق ثم يصفى في مصفاة.

يوضع السمك مع البصل في قدر غير لاصقة. يضاف إليهما الأرز المسلوق مع ملعقة صغيرة من خيوط الزعفران مذوبة في فنجان قهوة من الماء الساخن. يسكب أيضاً ما تبقى من الزيت المستعمل لقلي السمك، ويضاف الملح عند الحاجة مع ملعقة صغيرة من القرفة. تغطى القدر وتخبز في فرن حرارته ٣٠٠ درجة فهرنهايت لمدة ٤٥ دقيقة أو ساعة تقريباً. يطفأ الفرن ويترك الأرز ليرتاح مدة ٢٥ إلى ٣٠ دقيقة. يسكب الأرز في طبق التقديم ويزين بقطع السمك وقطع الليمون واللوز والصنوبر والزبيب. يقدم الطبق مع مخلل المانغا الحريف.

كبد العجل أو الغنم المشوي

الكمية تكفي شخصين إلى ثلاثة أشخاص

نصف كيلوغرام من كبد العجل أو الغنم المقطع إلى مكعبات للشواء

٢٥٠غ من لية الغنم المقطعة إلى مكعبات للشواء

ملعقة طعام من الخل

ثلاثة إلى أربعة فصوص ثوم

ملعقة صغيرة من النعناع اليابس

ملح وبهار

مسحوق فلفل أحمر

قرفة.

التحضير

يقطع كبد العجل أو الغنم إلى مكعبات متوسطة الحجم. يكرر الشيء نفسه مع اللّية. يرش الملح والبهار الحلو والقرفة والفلفل الأحمر والنعناع فوق هذه المكعبات. يهرس الثوم ناعماً ويخلط مع الزيت والخل. تقع مكعبات الكبد واللّية في هذا الخليط لمدة نصف ساعة قبل غرزها في الأسياخ. تشوى الأسياخ فوق نار قوية من دون لهب أو دخان حتى تنضج. توضع الأسياخ في الطبق وتقدم ساخنة.

لفافات الحبش المدخن بكبد الدجاج والخوخ

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

نصف كيلوغرام من أكباد الدجاج

نصف كيلوغرام من الخوخ المجفف المنزوع النوى

عيدان أسنان خشبية

علبة من شرائح الحبش المدخن.

التحضير

تنظف أكباد الدجاج وتنزع قلوبها. تغسل الأكباد جيداً ثم يرش فوقها الفلفل الأبيض. ينزع النوى من حبات الخوخ المجففة. يلف كل كبد دجاج بشريحة من لحم الحبش المدخن وتثبت اللفافة بواسطة عود أسنان خشبي. تلف كل خوخة بشريحة من الحبش المدخن وتثبت اللفافة بواسطة عود أسنان خشبي. توضع لفافات كبد الدجاج ولفافات الخوخ في صينية غير لاصقة أو في طبق زجاجي مقاوم للحرارة وتخبز في الفرن حتى تنضج. تقدم اللفافات ساخنة جداً بمثابة نوع لذيذ من المقبلات.

القريدس والسلمون المشوي مع توابل برياني

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

نصف كيلوغرام من القريدس الكبير غير المطهو والمحتفظ بقشرته

نصف كيلوغرام من شرائح السلمون المقطعة إلى مكعبات للشواء

رأس فلفل أحمر مقطع إلى مكعبات

رأس فلفل أخضر مقطع إلى مكعبات

نصف كوب من زيت الزيتون

ملعقة صغيرة من الثوم المهروس

٤ ملاعق طعام من عصير الليمون أو اللايم الحامض (الليمون الأخضر)

ملعقتا طعام من توابل برياني أو ملعقة طعام من مسحوق الكاري وملعقة

طعام من الكمون المطحون ونصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر.

صلصة المانجا والليمون

رأس مانجا كبير ناضج، مقشر

قشرة ليمونة واحدة مبشورة ناعماً

ملعقة طعام من خل التفاح

ربع كوب من الكزبرة المفرومة خشناً

تهرس المانجا مع قشرة الليمون وخل التفاح في خلاط الطعام، ثم تضاف إليها أوراق الكزبرة المفرومة.

التحضير

يخلط زيت الزيتون مع الثوم، وعصير الليمون، وتوابل البرياني والفلفل الأحمر.

يضاف إليها القريدس ومكعبات السلمون ويخلط الكل جيداً. يغطى الخليط ويحفظ في الثلاجة لمدة ساعتين إلى ٤ ساعات أو طوال الليل.

تضاف أوراق الكزبرة المفرومة خشناً إلى الخليط.

تغرز حبات القريدس مع مكعبات السلمون والفلفل الأحمر والفلفل الأخضر في أسياخ الشواء.

تشوى الأسياخ في فرن حرارته ٣٧٥ درجة فهرنهايت حتى تصبح وردية اللون أو يمكن استعمال المقلاة غير اللاصقة لشواء الأسياخ فيها حتى تصبح وردية اللون.

يقدم الطبق مع الأرز البسمتي الأصفر وصلصة المانجا والليمون.

حساء السبانخ بنكهة الحامض

الكمية تكفي ٦ أشخاص

ملعقتا طعام من الزبدة

بصلة حمراء مفرومة خشناً

٤ بصلات خضراء مفرومة خشناً

فصا ثوم مقطعان إلى أربع

ملعقة طعام من برش الليمون الخشن

١،٥ كيلوغرام من السبانخ المنظف والمغسول والمفروم خشناً

٣ رؤوس بطاطا كبيرة مفرومة خشناً

٣ أكواب من مرقة الدجاج أو الخضار

٥ أكواب من الماء

ثلاثة أرباع الكوب من الكريما الطازجة

١٥٠غ من جبنة الفيتا المفتتة

التحضير

تذوب الزبدة في قدر كبيرة ويقلى فيها البصل والثوم، مع التحريك، حتى يذبل البصل. يضاف برش الليمون، والسبانخ، والبطاطا. يطهى الكل مع التحريك حتى يذبل السبانخ. تضاف المرقة والماء ويغلى الحساء من دون غطاء على نار خفيفة لمدة ١٥دقيقة تقريباً أو حتى تنضج البطاطا. يرفع الحساء عن النار ثم يهرس في الخلاط الكهربائي على دفعات ليصبح ناعم القوام. يعاد الحساء مع الكريما إلى القدر نفسها ويسخن على النار. يسكب الحساء في أطباق فردية وتنثر جبنة الفيتا فوق كل طبق.

تورتة الجوز

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص

عجينة التورتة، كوبان من الدقيق

ثلاثة أرباع الكوب من الزبدة

ثلاثة أرباع الكوب من السكر الناعم

رشة فانيلا، صفار بيضة واحدة.

التحضير

يخلط الدقيق مع الزبدة والسكر والفانيلا وصفار البيضة في الخلاط الكهربائي للحصول على عجينة متماسكة في زاوية واحدة من وعاء الخلاط.
ترفع العجينة من الخلاط وتحفظ لمدة ساعة في الثلاجة.
يرش القليل من الدقيق فوق قطعة نايلون مسطحة، وترق العجينة فوقها للحصول على دائرة كبيرة. تقطع هذه الدائرة الكبيرة إلى دوائر صغيرة بحجم التورتات. يوخز أسفل كل عجينة تورتة بالشوكة، وتحشى العجينة بحشوة الجوز.

حشوة الجوز
كوب من الجوز

كوب من السكر الناعم

ملعقتا طعام من الدقيق

نصف كوب من الزبدة في حرارة الغرفة

٣ بيضات

رشة فانيلا وملعقتا طعام من الدقيق.

التحضير

يخلط الجوز مع السكر الناعم والدقيق في الخلاط الكهربائي حتى الحصول على بودرة الجوز الناعمة. تخفق الزبدة في الخلاط حتى تصبح ناعمة وقشدية. يضاف إليها البيض، بمعدل بيضة واحدة كل مرة. تضاف من ثم الفانيلا ويسكب هذا المزيج فوق خليط بودرة الجوز. تحشى التورتات الصغيرة بهذه الحشوة قبل خبزها في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى تتضج تماماً. تزين التورتات المخبوزة بقطع الجوز الممزوجة مع صلصة الكاراميل.

صلصة الكاراميل
كوب من السكر

كوب من الكريما الطازجة

نصف ملعقة طعام من الزبدة

٢ إلى ٣ أكواب من حبات الجوز المشطورة إلى نصفين.

التحضير

يسخن السكر في مقلاة غير لاصقة حتى يصبح ذهبي اللون، ثم يرفع عن النار. تضاف إليه الكريما الطازجة وتخلط معه للحصول على صلصة ناعمة. تضاف الزبدة ويترك الخليط جانباً حتى يبرد.
يضاف كوبان إلى ثلاثة أكواب من حبات الجوز ويخلط الكل جيداً للحصول على صلصة الكاراميل.
يسكب القليل من هذه الصلصة فوق كل تورتة صغيرة وتقدم التورتات مع الشاي أو القهوة أو العصير.

ملاحظة: (يمكن استخدام المقادير نفسها لتحضير تورتة في قالب كبير حجمه ٣٠ سم).

جاتوه البوظة

الكمية تكفي شخصين

قالب جاتوه اسفنجي أو جاتوه بالفاكهة

نصف كيلوغرام من كرات البوظة بمختلف الألوان والنكهات، كوب من القشدة الطازجة

ملعقتا طعام من السكر، صلصة شوكولا

ملعقة صغيرة من مسحوق الكاكاو.

التحضير

يقطع شكل مثلث من قالب الجاتوه. تخفق القشدة الطازجة مع السكر ومسحوق الكاكاو. يغطى مثلث الجاتوه بجزء من هذه القشدة، فيما يملأ كيس حلويات مزود رأساً معدنياً ببقية القشدة لسكبها في شكل خطوط فوق مثلث الجاتوه الذي على شكل قرن. تسكب صلصة الشوكولا فوق قرن الجاتوه. توضع كرات البوظة فوق القشدة ويقدم الجاتوه على الفور.

بسكويت السيجار

الكمية تكفي ٧ إلى ٨ أشخاص

كوب من الزبدة، كوب من الدقيق (الطحين)

كوب من بياض البيض (٦ إلى ٧ بيضات) في حرارة الغرفة، كوب من السكر الناعم فانيلا.

التحضير

تخفق الزبدة مع السكر في الخلاط حتى يصبح المزيج قشدياً. يضاف بياض البيض تدريجياً ويتابع الخفق. يضاف الدقيق للحصول على مزيج قشدي ناعم. تحفظ العجينة في الثلاجة لمدة ساعة كاملة. تسكب ملعقتا طعام من العجينة في شكل دوائر وتبسط فوق ورق البرشمان وتخبز في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى يصبح البسكويت وردي اللون على الحواف. تخرج الصينية من الفرن وتلف قطع البسكويت بسرعة على بعضها على طرف شوبك رفيع للحصول على شكل السيجار. تحشى قطع البسكويت بالقشدة الطازجة المخفوقة. يغمس طرف السيجار في الشوكولاتة المذوبة (نصف المحلاة) ويقدم مع القهوة أو الشاي أو العصير.

تحضير القشدة

يخفق كوب من القشدة الطازجة مع ملعقتي طعام من السكر، ثم تضاف رشة من الفانيلا.
يستعمل كيس حلويات مزود رأساً معدنياً لحشو السيجار بالقشدة.

صلصة الشوكولا

١٠٠غ من الشوكولا السوداء

٢ إلى ٣ ملاعق طعام من الزبدة

تسخن الشوكولا في المايكروويف، ثم تضاف إليها الزبدة وتخلط معها.

أرز بحليب بالكاراميل

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

كوب من الأرز المصري، ٨ أكواب من الحليب

كوب ونصف الكوب من السكر

كوب ونصف الكوب من الماء

ملعقتا طعام من ماء الزهر

ربع ملعقة صغيرة من المسكة.

التحضير

يوضع الماء مع الحليب في قدر كبيرة فوق النار حتى الغليان. يغسل الأرز ويضاف إلى الحليب ويحرك بواسطة ملعقة خشبية حتى يغلي. تغطى القدر جزئياً ويحرك محتواها بين الحين والآخر لتفادي التصاق الأرز في قعر القدر. يحرك الخليط لمدة ساعة تقريباً فوق نار متوسطة حتى ينضج الأرز ويتكاثف الحليب قليلاً. يضاف السكر ومسحوق المسكة وماء الزهر تدريجياً إلى محتوى القدر ويطهى الكل مجدداً لبعض الوقت. يسكب الأرز بحليب في أوعية صغيرة ويقدم فاتراً أو بارداً مع صلصة الكاراميل.

صلصة الكاراميل

كوب من السكر، كوب من القشدة الطازجة

ملعقة طعام من الزبدة.

التحضير

يسخن السكر في قدر غير لاصقة حتى يصبح ذهبي اللون. تضاف إليه القشدة فيما لا يزال ساخناً وتخلط معه بملعقة خشبية للحصول على صلصة ناعمة. تضاف الزبدة إلى الصلصة وتخلط معها. تترك الصلصة جانباً لتبرد. تقدم صلصة الكاراميل مع الأرز بحليب.

شراب الجنة

الكمية تكفي شخصاً واحداً

ملعقتا طعام من شراب التوت الأحمر

نصف كوب من عصير البرتقال الطازج

نصف كوب من عصير الأناناس.

التحضير

يخلط شراب التوت الأحمر مع عصير البرتقال وعصير الأناناس في الخلاط للحصول على مزيج متجانس.
يزين الشراب بشرائح البرتقال والتوت أو الفراولة ويقدم بارداً.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

برياني بالروبيان والسمك

الكمية تكفي ٦ أشخاص

كيلو روبيان من الحجم الكبير

نصف كيلو سمك فيليه أو أي سمك خالي من العظام

كوبان من الأرز البسمتي

٤ بيضات مسلوقة

رأسا بطاطا من الحجم الوسط مقطعان الى مكعبات من الحجم الوسط

٦ رؤوس من البصل متوسطة الحجم مقطعة الى شرائح

ملعقتان كبيرتان من بهارات البرياني

ملح

سمن أو زيت للقلي

ملعقة صغيرة لومي بصرة مطحون.

التحضير:

نقشر الروبيان ونغسله.

نغسل السمك ونقطعه الى مكعبات متوسطة الحجم.

نسلق البيض ونقشره ثم نقليه في الزيت حتى يحمرّ من كل الجهات.

نقلي البطاطا المقطعة حتى تحمرّ ونضيفها الى البيض.

نقلي الروبيان حتى يحمرّ ونضيفه الى البيض والبطاطا.

نقلي مكعبات السمك ونضيفها الى المحتويات السابقة.

في الزيت نفسه نقلي البصل المقطع الى شرائح حتى تذبل فقط ونضيفها الى الخليط السابق.

نضيف البهارات والملح ولومي بصره الى الخليط ونخلطها مع بعضها جيداً مع مراعاة عدم تكسير البيض أو البطاطا أو هرسها.

نغسل الأرز وننقعه لمدة ربع ساعة ثم نضيفه ونطبخه بالطريقة العادية ولكن نرفعه عن النار قبل نضجه بقليل.

نضع القليل من الخليط في قدر أخرى ونغطيها بالقليل من الأرز وطبقة أخرى من الخليط وبعدها الأرز وهكذا حتى تنتهي المحتويات شرط أن نغطي الطبقة العليا بالأرز.

نضع نصف كوب من الماء فوق الأرز ونغطي القدر ونضعها على نار خفيفة جداً لمدة نصف الى ثلاثة أرباع الساعة.

نحضر صينية كبيرة أكبر من قياس الطنجرة أو صحن كبير ونقلب محتويات البرياني جميعها فيها.

أكواب التورتيلا مع الدجاج والكراث

٨ أرغفة تورتيلا مع زيت لقليها

كيلوغرام من لحم صدر الدجاج المقطع إلى شرائح طويلة ورفيعة مع ملعقتي طعام من الزبدة وملعقتي طعام من الزيت

كوب من الفطر المصفى والمفروم

رأسان من الكراث منظفان ومغسولان ومقطعان إلى شرائح طويلة ورفيعة

كوب من القشدة الطازجة، ملح وفلفل أبيض.

التحضير

يسخن الزيت والزبدة في مقلاة، ويضاف إليهما لحم الدجاج. يقلى اللحم ويضاف إليه الملح والفلفل الأبيض. يضاف الكراث ويتابع القلي، ثم يضاف الفطر ويطهى الكل معاً إلى أن يصبح الكراث طرياً.

تضاف القشدة الطازجة، ويخلط الكل معاً ثم يترك جانباً مغطى لكي يبقى ساخناً.

يملأ نصف قدر صغيرة بحجم فنجان الشاي وشكله بزيت القلي. يسخن الزيت جيداً وتوضع فيه التورتيلا، شرط الضغط عليها في الوسط بمتن ملعقة أو كوب ماء لمنحها شكل طبق. تقلى التورتيلا حتى تتحول حواف العجينة إلى اللون الوردي.

توضع أرغفة التورتيلا المقلية على محارم المطبخ رأساً على عقب للسماح بتصفية الزيت الفائض.

يملأ كل كوب بحشوة الدجاج ويقدم كوجبة لذيذة أو كنوع من المقبلات مع سلطة خضراء.

جوانح الدجاج المتبلة

كيلوغرام من جوانح الدجاج

كوب من الكاتشاب، نصف كوب من الصلصة الحريفة

ملعقة صغيرة من الملح وربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض

ربع كوب من الزيت

٤ إلى ٥ قطرات من صلصة التاباسكو الحريفة

بصلة متوسطة مفرومة ناعماً

ربع كوب من صلصة الصويا

ملعقة طعام من الزنجبيل الطازج المبشور.

التحضير

تغسل أجنحة الدجاج وتجفف. يخلط الكاتشاب والصلصة الحريفة والملح والفلفل والزيت وصلصة التاباسكو وصلصة الصويا والبصل والزنجبيل في وعاء. تغمس الأجنحة في الصلصة لتغليفها جيداً، ثم تغطى في وعاء وتحفظ في الثلاجة لمدة ٦ إلى ٨ ساعات أو طوال الليل. تترك الأجنحة في حرارة الغرفة لمدة نصف ساعة، ثم ترصف في صينية خبز غير لاصقة وتخبز حتى تنضج وتصبح ذهبية اللون من الجهتين. تقدم بمثابة نوع لذيذ من المقبلات.

حساء جبنة الشيدار

ملعقتا طعام من الزبدة

ملعقتا طعام من الدقيق (الطحين)

كوب من جبنة الشيدار الحمراء المبشورة

كوب من القشدة الطازجة

٥ إلى ٦ أكواب من مرقة الدجاج

ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض.

التحضير

تسخن الزبدة، ويضاف إليها الدقيق. يخلط الاثنان معاً حتى تصبح رائحة الدقيق لذيذة. تضاف مرقة الدجاج ويخلط الكل بواسطة المخفقة للتخلص من الكتل. يطهى المزيج لمدة ٧ إلى ١٠ دقائق حتى يغلي. تضاف جبنة الشيدار ويتابع الخلط بملعقة خشبية. ترفع القدر عن النار. تضاف القشدة الطازجة ويخلط الكل ثم يقدم الحساء مع الخبز الافرنجي. يزين الطبق ببرش من جبنة الشيدار.

ملاحظة: يجب ألا يضاف أي ملح لأن الجبنة مالحة أصلاً.

كبة البطاطا

كيلوغرام من البطاطا

كوبان ونصف الكوب من البرغل الناعم

٦ ملاعق طعام من الدقيق (الطحين)

ملح وفلفل أسود، ماء لدعك الكبة

بصلة متوسطة، باقة من الكزبرة مفرومة ناعماً

ربع ملعقة صغيرة من البهار الحلو

ربع كوب من الزيت النباتي.

التحضير

تغسل رؤوس البطاطا وتسلق، ثم تقشر وتهرس في المطحنة اليدوية للحصول على هريسة البطاطا. يضاف الملح والبصل والكزبرة والتوابل إلى الهريسة. يضاف الماء إلى البرغل والدقيق، ويخلط هذا المزيج مع هريسة البطاطا. يدعك الكل معاً للحصول على عجينة الكبة. يمكن إعداد كرات صغيرة من الكبة وقليها في الزيت أو يمكن بسط القليل من الزيت في صينية الخبز ومن ثم وضع طبقتين رقيقتين من الكبة بينهما طبقة من حشوة اللحم. يسكب ربع كوب من الزيت النباتي فوق الطبقة العلوية من الكبة. تخبز الكبة في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى ينضج سطحها. وبالنسبة إلى النباتيين، يمكن حشو الكبة بالبصل المقلي في الزيت بدل استعمال اللحم.

سلطة السلمون المدخن والشمار

٢٥٠غ من السلمون المدخن المقطع إلى شرائح

٣ إلى ٤ رؤوس من الشمار

ملح، عصير ليمون، زيت زيتون وفلفل أسود مطحون على نحو خشن.

التحضير

تنزع الطبقتان الخارجيتان من كل رأس شمار لحشو السلطة فيهما.

تقطع بقية الشمار إلى شرائح رقيقة جداً. يخلط الشمار مع شرائح السلمون وعصير الليمون وزيت الزيتون. توضع هذه الحشوة في أوراق الشمار ويرش فوقها الفلفل الأسود. تقدم هذه السلطة فوراً مع الخبز الفرنسي الساخن.

مقلوبة السمك بالقنبيط

سمكة جاج واحدة وزنها كيلوغرامين، منظفة ومغسولة ومقطعة إلى ٣ قطع

كيلوغرام واحد من القنبيط الطازج

نصف كوب من السمن أو الزيت

رأس ثوم، ٦ بصلات متوسطة

نصف كوب من الصنوبر، نصف باقة من الكزبرة المفرومة

كوب من عصير برتقال أبو صفير

كوب من السمن النباتي

كوبان من الأرز - ذي الحبة الطويلة المسلوق والمغسول

نصف باقة من الكزبرة المفرومة

ملعقة صغيرة من الملح.

التحضير

يسخن السمن النباتي وتقلى فيه أزهار القنبيط إلى أن تصبح وردية اللون، ثم توضع جانباً. يقطع البصل إلى شرائح، ويفرم الثوم ويقليان في الزيت نفسه المستعمل لقلي القنبيط، ثم يوضعان جانباً. تقلى قطع السمك، ثم تنظف من الحسك ويحتفظ باللحم جانباً. يقلى الصنوبر إلى أن يصبح ذهبي اللون.

يرصف الصنوبر، ولحم السمك المقلي، والقنبيط المقلي في قعر قدر ضحلة. يسخن الزيت ويقلى فيه فصان من الثوم مع الكزبرة المفرومة. يضاف إليهما عصير البرتقال وتصب هذه الصلصة فوق محتوى القدر. يسلق الأرز في مقدار كبير من الماء، ثم يغسل ويصفى. يخلط الأرز مع الكزبرة المفرومة وملعقة صغيرة من الملح. يسكب الأرز فوق السمك والقنبيط ويطهى الكل معاً فوق نار خفيفة إلى أن ينضج الأرز ويجري امتصاص كل العصير من القدر. يقلب محتوى القدر ويقدم.

ملاحظة: ان الجاج هو نوع من الاسماك يمكنه استبداله بأي نوع آخر يكون مكتنزاً وقليل الحسك.

الشاي البارد بعصير البرتقال

الكمية تكفي شخصاً واحداً

ربع كوب من الشاي بنكهة الياسمين

ملعقة طعام من العسل

ثلاثة أرباع الكوب من عصير البرتقال

ملعقة صغيرة من ماء الزهر

مكعبان من الثلج

٥إلى ٦ حبات صنوبر.

التحضير

يذوب العسل في الشاي بنكهة الياسمين ويترك جانباً حتى يبرد تماماً. يضاف إليه عصير البرتقال البارد وماء الزهر ومكعبات الثلج وحبات الصنوبر. يقدم الشراب بارداً على الفور.

الليموناضة المثلجة

الكمية تصنع كوباً واحداً

ثلاثة أرباع الكوب من ماء الصودا أو المياه المعدنية الباردة بنكهة الليمون

عصير ليمونتين، ربع كوب من السكر

٣ إلى ٤ ملاعق طعام من البوظة بنكهة الليمون.

التحضير

يوضع كوب الليموناضة في الثلاجة حتى موعد الاستعمال. تعصر الليمونتان ويخلط العصير مع السكر. يوضع الخليط فوق النار حتى يذوب السكر. يترك الخليط ليبرد. تخلط الصودا أو المياه المعدنية مع شراب الليموناضة المركز والبوظة بنكهة الليمون. يسكب هذا الخليط في كوب الليموناضة البارد ويزين بقشرة ليمونة.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

فتة الباذنجان والبطاطا

الكمية تكفي ٧ إلى ٨ أشخاص

رأسان كبيران من الباذنجان، مقشران ومقطعان إلى مكعبات

رأسان كبيران من البطاطا، مقشران ومقطعان إلى مكعبات

كوب من الذرة

صدرا دجاج مسلوقان ومفتتان

رغيفان من الخبز العربي مقطعان إلى مكعبات

كوب من الحمص المسلوق

كوب ونصف الكوب من المايونيز

كوب ونصف الكوب من اللبن

٣ فصوص ثوم مهروسة

سماق

نصف كوب من الصنوبر المقلي.

التحضير

يقلى الخبز ثم البطاطا ثم مكعبات الباذنجان في الزيت الحامي.

يخلط الباذنجان المقلي مع البطاطا المقلية في وعاء. ترصف طبقة من الخبز المقلي في قعر طبق التقديم. توضع من ثم طبقة من الباذنجان والبطاطا ولحم الدجاج المفتت. تسكب بعدها ربع كمية الحمص المسلوق وربع كمية الذرة، ومن ثم ربع كمية خليط المايونيز واللبن والثوم. تكرر العملية نفسها لإعداد طبقة ثانية ومن ثم طبقة ثالثة. تزين الفتة بلحم الدجاج وببقية خليط المايونيز واللبن. يرش أخيراً الصنوبر والسماق فوق طبق التقديم.

ملاحظة: لتفادي امتصاص الباذنجان للكثير من الزيت أثناء القلي، يمكن رشه بالملح وتركه جانباً لمدة ساعة كاملة. يغسل بعدها الباذنجان ويصفى قبل القلي.

أرز بالحمص واللحم

التحضير

يغسل الأرز وينقع في الماء المغلي مع الملح. يقشر البصل ويفرم، ثم يقلى في الزيت حتى يصبح لونه شاحباً. يقطع اللحم إلى قطع ويضاف إلى البصل ويقلى الاثنان معاً إلى أن يتغير لون اللحم. يضاف الحمص ويقلى الكل لبضعة دقائق إضافية فوق نار متوسطة. تضاف كمية كافية من الماء لغمر محتويات القدر، ويضاف الملح وعودي القرفة. يطهى الكل حتى ينضج اللحم. يغسل الأرز ويشطف. ثم يسكب فوق اللحم، وتضاف نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض. تضاف من ثم كمية كافية من الماء لغمر الأرز، وتغطى القدر وتوضع أولاً فوق نار قوية. تخفف بعدها النار ويطهى الأرز إلى أن يمتص كل الماء وينضج جيداً. يرفع الأرز بعناية من القدر ويسكب في طبق التقديم، ثم يزين بقطع اللحم والمزيد من حبات الحمص. يقدم هذا الطبق مع اللبن وسلطة الخضار الطازجة.

٣ أكواب من الأرز الطويل الحبة
كيلوغرام من لحم البقر أو الغنم المقطع
٤ بصلات حمراء متوسطة
كوب ونصف الكوب من الحمص المقشر (المفقوش)
كوب من السمن أو من مزيج الزبدة والزيت
عودان من القرفة.

قاضي قضا

التحضير

يوضع اللحم في وعاء ويضاف إليه الثوم، والأرز المطحون، والبهار الأسود والملح وربع كوب من الماء. يدعك المزيج جيداً باليدين ويقرص إلى كرات صغيرة بحجم نصف بيضة تقريباً.

يخلط الدقيق مع البيض، والباكينغ باودر، والخميرة للحصول على مزيج أرق قليلاً من اللبن. تغمس كرات اللحم في هذا المزيج ثم تقلى في الزيت الساخن جداً على نار متوسطة حتى تصبح ذهبية اللون وناضجة من الداخل.

تقدم الكرات فاترة مع السلطة والبطاطا المقلية.

ملاحظة: يجب أن يكون الزيت ساخناً قبل الشروع في القلي. لكن أثناء القلي، تخفف النار لإعطاء الكرات الوقت الكافي حتى تنضج من الداخل وتحمرّ قشرتها.

الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص

كيلوغرام من اللحم المطحون
ملعقة صغيرة من الثوم المهروس
٤ ملاعق طعام من الأرز المطحون
ملعقة صغيرة من البهار الأسود المطحون
كوب من الدقيق
بيضتان
ملعقة طعام من الباكينغ باودر
ملعقة صغيرة من الخميرة
ملح، زيت لقلي الكرات

عيش السرايا

الكمية تكفي ٦ أشخاص

١٢ شريحة من الخبز الأبيض
كيلوغرام من القشطة البلدية الطازجة
٤ أكواب من السكر
٤ أكواب من الماء المغلي
فستق حلبي مطحون للزينة
فراولة حمراء أو زهر الليمون للزينة

التحضير

تصف شرائح الخبز في صينية وتحمص في فرن حرارته ٣٧٥ درجة فهرنهايت حتى تصبح حواف الشرائح وردية اللون. تقلب شرائح الخبز وتحمّص على الوجه الآخر.

تذوب ٤ أكواب من السكر في قدر غير لاصقة حتى تصبح ذهبية اللون. يسكب الماء المغلي فوق السكر ويخلط معه جيداً.

يفترض أن تكون هذه الصلصة ساخنة جداً. تخرج شرائح الخبز المحمصة من الفرن وتسكب فوقها الصلصة. سوف تمتص شرائح الخبز صلصة الكاراميل بسرعة. تستخدم قطاعة البسكويت أو فنجان الشاي لتقطيع شرائح التوست إلى دوائر. تسكب القشطة بين طبقتين من شرائح التوست ثم يزين سطح الشرائح بالقشطة والفستق وزهر الليمون أو شرائح الفراولة.

ملاحظة: يمكن إعداد طبقتين أو ثلاث طبقات من شرائح التوست والقشطة حسب الذوق.

كبيس
الملفوف بالكاري

ملفوفة متوسطة الحجم مقطعة الى شرائح
مسحوق الكاري
ثوم
خلّ
ملح
ملح خشن وماء.

التحضير:
تقطع الملفوفة الى شرائح، ومن ثم تطهى حتى الغليان مع الملح والمياه الى أن تصبح طرية في شكل بسيط (وإنما هشة بعض الشيء).
تغسل شرائح الملفوف بالمياه الباردة وتجفف وينثر عليها مسحوق الكاري وتترك منقوعة لمدة ٥ الى ٦ ساعات.
يهرس الثوم، ثم تكدّس طبقات الملفوف المنقوع بالكاري ويوضع الثوم بسخاء بين كل طبقة.
يخلط الخلّ مع المياه بكميات متساوية ويضاف إليهما الملح الخشن حسب المذاق.
يسكب هذا المزيج على الملفوف لتغطيته ومن ثم يقدم بعد فترة ٥ الى ٦ أيام كأحد المقبلات اللذيذة.

حبة فاكهة كبات كبيرة الحجم
كوبان من السكّر
٤ أكواب من المياه.

مربّى الكبات

التحضير:
تبرش فاكهة الكبات وتشطر الى نصفين.
يستخرج العصير من الفاكهة من دون إلحاق الضرر بها.
تنقع الفاكهة لفترة ٢٤ ساعة في المياه التي تغمرها جيداً.
تنزع الفاكهة من المياه، وتوضع للغلي في وعاء على النار مع ٨أكواب من المياه الى أن تصبح طرية. (يجب أن تكون الفاكهة مقلوبة).
يوضع السكّر والمياه فوق النار حتى الغليان مدة ٥ دقائق، يضاف المزيج فوق الفاكهة (مجدداً يجب تنسيق الفاكهة في شكل مقلوب).
ثم يطهى على نار متوسطة الى أن تصبح القشرة الخارجية طرية والعصير كثيفاً. ويجب التخلص من الرغوة البيضاء اذا ما طفت على سطح المزيج بواسطة ملعقة ذات ثقوب.
يترك المزيج حتى يبرد ومن ثم يحفظ في مرطبان زجاجي ويقدم كنوع من الحلوى مع القهوة أو الشاي.

ملاحظة: فاكهة الكَبات هي شبيهة بالبوملي أو بالغريبفروت ولونها اصفر فيما قشرتها سميكة أكثر.

مغلي (الكراوية)

الكمية تكفي
١٠ إلى ١٢ شخصاً

كوب من الأرز المطحون
٩ أكواب من الماء
٦ ملاعق طعام من السكر
٣ ملاعق طعام من العسل
ملعقتان صغيرتان من الكراوية
ملعقتان صغيرتان من القرفة
رشة من جوزة الطيب
ربع ملعقة صغيرة من كبش القرنفل
ملعقتان صغيرتان من مسحوق اليانسون
برش جوز الهند للزينة
لوز وصنوبر وجوز وفستق حلبي منقوع في الماء ومقشر

التحضير

يوضع الأرز الناعم مع الماء والسكر والعسل ومزيج التوابل في طنجرة الضغط على النار. يغلى المزيج، ثم تغطى الطنجرة ويطهى المغلي لمدة ١٠ دقائق. تطفأ النار ويرفع المغلي.

يسكب المغلي في أطباق صغيرة فردية أو في وعاء كبير ويزين ببرش جوز الهند والمكسرات المنقوعة في الماء. يقدم المغلي فاتراً أو بارداً.

ملاحظة: يمكن إعداد المغلي أيضاً في الطنجرة العادية، لكن وقت الطهو يصبح أطول ويجب تحريك المغلي باستمرار بملعقة خشبية إلى أن تظهر الفقاقيع على سطحه وتتطاير من الطنجرة.
يمكن إضافة السكر والتوابل بحسب الرغبة.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

مسقعة الباذنجان

التحضير

تغسل رؤوس الباذنجان وتنزع منها الأعناق السوداء وتجفف بفوطة مطبخ. يُقلّم الباذنجان بمقشرة البطاطا أو السكين للحصول على خطوط سوداء وبيضاء. يرش الملح فوق رؤوس الباذنجان وتترك جانباً لمدة ساعة ثم تغسل مجدداً بالماء وتجفف لتفادي امتصاص كمية كبيرة من الزيت. يفتح شق طوله ٢ إلى ٣ سم في جانب كل رأس باذنجان ويغرز فص ثوم في هذا الشق. يسخن الزيت وتقلى فيه رؤوس الباذنجان على نار قوية جداً ثم تترك جانباً. تقلى البطاطا أيضاً في الزيت نفسه وتترك جانباً. يفرغ معظم الزيت من المقلاة ويقلى البصل في القليل المتبقي حتى يصبح شفافاً. يصفى بعدها البصل المقلي على محارم المطبخ الورقية. تقلى الفليفلة والبندورة. توضع طبقة من البطاطا المقلية في قعر قدر ويرش عليها القليل من الملح. توضع من ثم طبقة من الباذنجان وفوقها طبقة من البصل، والفليفلة الخضراء والحمص وقطع البندورة. تكرر العملية نفسها بحيث تتناوب الطبقات بين الخضار. ترش التوابل حسب الحاجة. يذوب معجون البندورة في ثلاثة أرباع كوب من الماء ويسكب فوق محتوى القدر. تغطى القدر وتترك على النار حتى يبدأ السائل فيها بالغليان. تخفف النار ويترك محتوى القدر ليغلي برفق لمدة ٣٠ دقيقة، ثم يترك ليبرد. يسكب محتوى القدر في طبق التقديم ويزين بالبقدونس. يقدم الطبق بارداً.

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

كيلوغرام من الباذنجان الصغير، نصف كيلوغرام من البندورة (الطماطم)

الحمراء المقطّعة
رأس من الفليفلة الأخضر المقطع إلى مكعبات صغيرة، بصلتان متوسطتان مقطعتان إلى شرائح، ٨ إلى ١٠ فصوص

ثوم مقشرة
كوب من الحمص المنقوع
كوب من زيت الزيتون أو الزيت النباتي
ملعقة طعام من معجون البندورة، ملح وبهار

نصف ملعقة صغيرة من السبع بهارات
رأسان متوسطان من البطاطا، مقشران ومقطعان إلى شرائح
بقدونس مفروم للزينة

حساء الملفوف بالبرغل

الكمية تكفي ٦ أشخاص

- ملفوفة متوسطة مقطعة إلى شرائح رقيقة
- بصلتان متوسطتان مفرومتان
- ملعقتا طعام من الزبدة
- رأسا بطاطا مقطعان إلى مكعبات صغيرة
- رأسا بندورة (طماطم) مقشران ومفرومان
- ٨إلى ١٠ أكواب من مرقة اللحم أو الدجاج
- ملعقة صغيرة من معجون الفلفل
- ملعقتا طعام من معجون البندورة
- ربع إلى نصف كوب من البرغل الخشن المغسول والمصفى
- ملح وبهار أسود

التحضير

تسخن الزبدة في قدر كبيرة ويقلى فيها البصل حتى يذبل. يضاف الملفوف ويقلى حتى يصبح طرياً. تضاف البطاطا، والبندورة، ومرقة اللحم أو الدجاج، ومعجون البندورة، ومعجون الفلفل، والملح والبهار. يطهى الكل جيداً حتى تنضج الخضار قليلاً.

يضاف البرغل ويخلط مع الحساء ويتابع الطهو على نار خفيفة حتى ينضج البرغل. يقدم الحساء ساخناً.

سلطة البقلة

الكمية تكفي ٤ أشخاص

- باقتان من البقلة المنظفة والمغسولة والمجففة بالمنشفة
- كوب من اللبن الزبادي، ملح
- فص ثوم مهروس
- ملعقة صغيرة من النعناع اليابس
- ربع ملعقة صغيرة من البابريكا (مسحوق الفلفل الأحمر)
- ٣ إلى ٤ ملاعق طعام من زيت الزيتون
- رأسان من البندورة (الطماطم) المقطعة إلى مكعبات (للزينة)

التحضير

تنظف أوراق باقتي البقلة، ثم تغسل جيداً وتلف بفوطة مطبخ وتترك لتجف مدة ٣٠ دقيقة. تحضر الصلصة بخلط اللبن الزبادي مع بقية المكونات.

توضع أوراق البقلة في طبق التقديم وتزين بمكعبات البندورة (الطماطم). تسكب فوقها صلصة اللبن.

إنها سلطة مثالية لأيام الصيف الحارّة. ويمكن تقديمها مع الكبة بالصينية.

كرواسان التفاح

الكمية تكفي ١٢ شخصاً

٤ أكواب من الدقيق المتعدد الاستعمالات

ملعقة طعام من الخميرة الفورية

بيضتان

١٠٠غ من الزبدة بحرارة الغرفة

كوب من السكر الناعم

كوب من الحليب الفاتر

نصف ملعقة صغيرة من الملح

الحشوة

٤ إلى ٥ تفاحات صفراء مقشرة ومفرومة

ملعقتا طعام من السكر

نصف كوب من الجوز المطحون خشناً

نصف كوب من الزبيب

التحضير

يخلط الدقيق مع الخميرة، والبيض، والزبدة، والسكر، والحليب والملح في خلاط الطعام للحصول على عجينة طرية. تغطى العجينة وتترك جانباً في مكان دافىء لمدة نصف ساعة حتى ترتاح.

تقسم العجينة إلى ٤ كرات. ترق كل كرة على شكل دائرة كبيرة فوق سطح مكسو بالدقيق ثم تقطع كل دائرة إلى مثلثات للكرواسان. يحشى كل مثلث بحشوة التفاح ثم يلف ويدهن بصفار البيض. تصف المثلثات في صينية غير لاصقة ومدهونة بقليل من الزيت. تخبز قطع الكرواسان في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فرنهايت حتى يصبح سطحها ذهبي اللون. تخرج قطع الكرواسان من الفرن، وحين تبرد يرش عليها السكر الناعم وتقدم مع القهوة أو الشاي أو العصير.

ملاحظة: يمكن حفظ الكرواسان في علبة مغلقة بإحكام في قسم التجليد من الثلاجة، ومن ثم إخراج ما يلزم منها كل مرة وجعله في حرارة الغرفة ورش السكر الناعم عليه قبل تقديمه.

بارفيه الفراولة

التحضير

يبطن قعر قالب جاتوه وحوافه بورق النايلون اللاصق.

يوزع قسم من الفراولة المقطعة إلى شرائح في قعر القالب.

يسكب في وعاء الماء الساخن فوق الجيلو ويخلط معه جيداً لتذويبه. يضاف بعدها الماء البارد ويخلط مع الجيلو.

في وعاء آخر، تخلط ملعقة الجيلاتين مع ١٠ ملاعق طعام من الماء البارد. يذوب الجيلاتين في البان ماري أو في المايكروايف لمدة ثانية إلى ثانيتين.

يخلط الجيلاتين المذوب فوق مزيج الجيلو المحضر. فهذا يساعد الجيلو على أن يجمد بسرعة وتصبح قولبته أسهل.

يسكب معظم هذا الجيلو فوق شرائح الفراولة في قعر القالب ويترك جانباً لتصبح شبه جامدة.

في وعاء آخر، تخفق الكريما الطازجة مع ملعقتيّ طعام من السكر حتى تصبح كثيرة الرغوة.

يضاف نصف كوب من الجيلو المحضر إلى هذه الكريما ويخلط معها بملعقة خشبية.

يفرم نصف كوب من الفراولة إلى قطع صغيرة. تضاف هذه القطع إلى الكريما وتخلط معها.

تسكب الكريما المحضرة فوق الجيلو في القالب. يوضع القالب في الثلاجة حتى يجمد محتواه. وحين يجمد، يقلب محتواه رأساً على عقب فوق طبق التقديم ويزين بالكريما الطازجة المخفوقة وحبات الفراولة المقطعة إلى نصفين.

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

كيلوغرام من الفراولة المغسولة والمجففة

بمنشفة، علبة من الجيلو بنكهة الفراولة

كوبان من الماء (واحد بارد وآخر ساخن) لتذويب الجيلو، ملعقة صغيرة من مسحوق الجيلاتين

كوبان من الكريما الطازجة المخفوقة

بولكا

التحضير

لتحضير عجينة الشو، يسخن الماء مع الزبدة. وحين يبدأ بالغليان، يضاف إليه الدقيق ويحرك معه بملعقة خشبية فوق النار للحصول أخيراً على كتلة من العجين. تترك هذه العجينة جانباً حتى تبرد. تخفق بعدها بيضة واحدة وتخلط مع العجينة بواسطة ملعقة خشبية. تكرر العملية نفسها مع البيضة الثانية للحصول على عجينة ناعمة.

يحمى الفرن لغاية ٤٢٥ درجة فهرنهايت أو غاز رقم ٧.

تخلط مكونات عجينة السابليه في خلاط الطعام للحصول على عجينة متماسكة في زاوية واحدة من وعاء الخلاط.

ترق العجينة فوق ورقة نايلون ثم تقطع إلى دوائر قطرها ٧،٥ سم الى ٨ سم. توضع هذه الدوائر فوق صينية مبطنة بورق البارشمان.

توضع عجينة الشو في كيس حلويات له رأس عادي قطره إنش واحد تقريباً، وتسكب على شكل حلقة داخل كل دائرة عجين.

تخبز هذه الدوائر في الفرن لمدة ١٠ دقائق. تخفف بعدها حرارة الفرن لغاية ٣٧٥ درجة فهرنهايت أو غاز رقم ٥ ويتابع الخبز لمدة ٢٠ إلى ٢٥ دقيقة إضافية حتى تصبح قطع السابليه ذهبية اللون.

تترك بعدها لتبرد فوق مصبّ حديدي.

ينخل السكر الناعم فوق وعاء ويضاف إليه عصير الليمون مع كمية كافية من الماء الفاتر للحصول على ناطف ناعم.

تمسك كل قطعة بولكا (أو سابليه) رأساً على عقب وتغمس في الناطف لتغليفها تماماً.

تسكب الكريما المخفوقة في وسط كل قطعة بولكا، ثم توضع حبة فراولة فوق الكريما.

يسخن مربى الفراولة قليلاً ليصبح سائلاً ويدهن به سطح حبات الفراولة لجعلها لامعة. يجب تناول هذه الحلوى في اليوم نفسه.

الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص

عجينة السابليه

ثلث كوب من الدقيق المتعدد الاستعمالات
صفار بيضة واحدة
ملعقة طعام من سكر البودرة الناعم
٤٠غ من الزبدة في حرارة الغرفة

عجينة الشو

ثلث كوب من الدقيق
٥٠غ من الزبدة
بيضتان في حرارة الغرفة
ثلثا الكوب من الماء

الحشوة

نصف كوب من السكر الناعم
عصير نصف ليمونة
ثلثا الكوب من الكريما الطازجة المخفوقة
٢٥٠غ من الفراولة
٣ ملاعق طعام من مربى الفراولة.

عصير الليمون الهندي والتوت الأحمر

الكمية تكفي شخصاً واحداً

نصف كوب من عصير الليمون الهندي

٨ حبات من التوت الأحمر

ملعقة صغيرة من اللبن

٥ مكعبات من الثلج

٣ إلى ٤ ملاعق طعام من المياه المعدنية.

التحضير

يسكب عصير الليمون الهندي في الخلاط، ثم يضاف إليه التوت الأحمر والمياه المعدنية واللبن ومكعبات الثلج. يخلط الكل جيداً، ثم يصفى ويقدم الشراب بارداً.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

أرز فراني بالبهارات

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

٣ أكواب من الأرز الطويل الحبة (أرز إيراني)
٥٠٠غ من لحم الكفتة
كوب سمنة أو زبدة
كوب ونصف الكوب من اللبن المروّب
ربع ملعقة صغيرة من كبش القرنفل
ربع ملعقة صغيرة من مسحوق الهال
ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر الحريف
نصف ملعقة صغيرة من القرفة
٣ بصلات كبيرة بيضاء
٣ فصوص ثوم
ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود
ربع ملعقة صغيرة من الزنجبيل
نصف ملعقة صغيرة من الكاري
نصف كوب من اللوز المقشر والمقطع طولياً والمحمص

التحضير

يوضع اللحم في وعاء. يقشر الثوم ويهرس مع القليل من الملح. يضاف إليه الزنجبيل، وكبش القرنفل، والفلفل الأسود، والفلفل الأحمر الحريف، والهال. يضاف هذا الخليط إلى اللحم مع الكاري واللبن. يخلط المزيج جيداً ويترك جانباً. يقشر البصل ويفرم ناعماً ويقلى في نصف كوب من الزيت أو السمنة حتى يحمرّ، ثم يصفى من الزيت ويضاف إلى مزيج اللحم ويخلط معه. يترك المزيج جانباً لمدة ساعة ونصف الساعة. يسلق الأرز المنقوع في الماء في قدر من الماء المغلي المملح لمدة ٦ دقائق فقط، ثم يوضع في مصفاة ويسكب فوقه الماء البارد ويترك ليجف قليلاً.
يوضع اللحم في مقلاة كبيرة على نار متوسطة ويقلى حتى ينضج.
تسكب ثلث كمية الأرز المسلوق في قدر نظيفة وفوقها ثلث كمية اللحم ثم ثلث كمية الأرز وبعدها ثلث كمية اللحم وأخيراً ثلث كمية الأرز للحصول على ثلاث طبقات من كل من اللحم والأرز.
تسخن بقية السمنة على النار مع السمنة التي استخدمت لقلي البصل وتصبّ فوق طبقات الأرز واللحم. تغطى القدر وتدخل إلى فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت لمدة ساعة كاملة.
يقلى اللوز المقشر ويوزع فوق محتوى القدر للزينة قبل تقديم الطبق ساخناً.

عصير الفراولة مع اللبن

الكمية تكفي شخصاً واحداً

٤ إلى ٥ حبات فراولة

ثلاثة أرباع الكوب من اللبن

٤ مكعبات ثلج

ملعقة طعام من ماء الورد.

التحضير

تهرس حبات الفراولة في الخلاط ثم تصفى للتخلص من البذور. يخفق اللبن في خلاط الطعام حتى يصبح قشدياً وناعماً، ثم يضاف إليه عصير الفراولة وماء الورد ومكعبات الثلج. يخلط الكل جيداً للحصول على شراب متجانس. يمكن تحضير هذا الشراب باللبن الخالي من الدسم للأشخاص الذين يتبعون الحمية.

باذنجان شيخ المحشي باللبن

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

كيلوغرام من الباذنجان الصغير، ٣٠٠غ من اللحم المفروم، نصف كوب من الصنوبر، نصف كوب من الزيت أو السمنة، بصلة صغيرة حمراء، كيلو غرام من اللبن.

التحضير

يغسل الباذنجان ثم يجفف ويفرغ لبه. يقلى الباذنجان في السمنة أو الزيت حتى يشقرّ قليلاً ثم يصفّ في طبق واسع.

تفرم البصلة ناعماً ثم تقلى في الزيت الساخن حتى تذبل. يضاف إليها اللحم المفروم مع الصنوبر ويحرك المزيج قليلاً. يرش القليل من الملح مع نصف ملعقة صغيرة من البهار الحلو ونصف ملعقة صغيرة من القرفة ويتابع القلي حتى ينضج اللحم. ترفع القدر عن النار وتستعمل هذه الحشوة لحشو رؤوس الباذنجان.

تصف رؤوس الباذنجان المحشوة في القدر. يصفى كيلوغرام ونصف الكيلوغرام من اللبن ويخفق مع بيضة واحدة وملعقة صغيرة من النشاء ثم يوضع على نار قوية ويحرك باستمرار بملعقة خشبية حتى الغليان. يصب اللبن فوق رؤوس الباذنجان وتوضع القدر على نار متوسطة ثم هادئة حتى ينضج الباذنجان.

يقدم الطبق مع الأرز المفلفل.

جاتوه الغراشة الاسفنجي

التحضير

يدهن قالب جاتوه دائري قطره ٢٠ سم بالزيت ويغطى قعره بورق البرشمان. يدهن ورق البرشمان بدوره بالزيت. يخفق البيض في الخلاط الكهربائي ليصبح كثيفاً وقشدياً. يضاف إليه السكر تدريجياً ويخفق جيداً بعد كل إضافة. تضاف من ثم الشوكولا المبرّدة. يضاف بعدها الدقيق المنخول، ومن ثم مزيج الزبدة والماء. يسكب المزيج في القالب المحضر ويخبز في فرن معتدل الحرارة لمدة ٣٥دقيقة تقريباً أو حتى يجمد. ينقل بعدها الجاتوه إلى مصبع حديدي ويترك ليبرد. تدهن طبقة الشوكولا فوق كل الجاتوه ويرش فوقها جوز الهند بالتساوي. وحين تجمد طبقة الشوكولا، يقطع الجاتوه إلى أربع طبقات. تحشى ثلاث طبقات منه بالمربى والقليل من الكريما المخفوقة ويدهن سطح الطبقة الثالثة بالمربى أيضاً. تقطع الطبقة الرابعة من الجاتوه إلى ٨ شرائح وتوزع على سطح الجاتوه باستعمال بقية الكريما وحبات الفراولة لدعمها.

طبقة الشوكولا

ينخل السكر الناعم فوق وعاء مقاوم للحرارة، ثم تضاف إليه الشوكولا مع الزبدة والحليب. يحرك المزيج فوق قدر من الماء الساخن (بان ماري) ليصبح قابلاً للدهن.

الكمية تكفي
٨ إلى ١٠ أشخاص

٤ بيضات
ثلث كوب من السكر
١٠٠غ من الشوكولا السوداء المذوبة
ثلاثة أرباع الكوب من الدقيق الذاتي الارتفاخ
ربع كوب من الدقيق
١٥غ من الزبدة المذوبة
ربع كوب من الماء الساخن
ربع كوب من مربى الفراولة
كوب وربع الكوب من الكريما الكثيفة
حبات فراولة.

طبقة الشوكولا
كوب ونصف الكوب من السكر الناعم
١٠٠غ من الشوكولا السوداء المذوبة
ملعقتان صغيرتان من الزبدة
ربع كوب من الحليب
ثلاثة أرباع الكوب تقريباً من برش جوز الهند.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

قمح مع الدجاج والمكسرات

كيلوغرام ونصف من الدجاج
ورقة غار
ملعقة طعام من الملح
عود قرفة
٤-٥ رؤوس كاملة من الفلفل الحلو
بصلة مقطعة إلى أربعة أجزاء
٣-٤ حبات كاملة من الهال
٨ أكواب من الماء
لوز مقشر ومقلي

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

صنوبر مقلي
فستق حلبي مقشر ومقلي
كوبان من القمح المقشور ملعقتان
صغيرتان من مسحوق القرفة + ربع
ملعقة صغيرة من مسحوق كبش القرنفل
+ ملعقة صغيرة من مسحوق البهار الحلو
+ زبدة وسمنة أو زيت لقلي المكسرات.

ينقع القمح ٢٤ ساعة بالماء البارد قبل طهوه.
يغسل الدجاج ويوضع مع ثمانية أكواب من الماء فوق النار. ويترك الدجاج حتى يغلي وتزال الطبقة العلوية من الزفرة عنه.
تضاف إليه ورقة الغار، والملح، وعود القرفة، والفلفل الحلو، والبصل، والهال. يطهى الكل معاً في طنجرة الضغط أو القدر العادية حتى ينضج الدجاج تماماً.
يخرج الدجاج من القدر وتصفى المرقة.
توضع مرقة الدجاج في قدر فوق النار ويضاف إليها القمح المنقوع. وحين يبدأ المزيج بالغليان، تخفف النار وتترك القدر فوقها لمدة ٣٠-٤٠ دقيقة حتى تتضج حبات القمح تقريباً ولكن من دون أن تصبح سهلة الهرس. يمكن إضافة المزيد من المرقة أثناء الطهو عند الحاجة.
تقلى المكسرات، وتنزع العظام من الدجاج.
تذوب السمنة أو الزبدة ويوضع نصف كوب منها مع القمح المطهو. يسكب القمح في طبق التقديم ويزين بالمكسرات واللحم. يقدم الطبق ساخناً مع اللبن.

ملاحظة:
يمكن تحضير هذا الطبق مع اللحم باعتماد الطريقة نفسها.

يخنة الأرز والدجاج مع صلصة الكاري

الكمية تكفي ٥ أشخاص

كوبان من الأرز الأميركي المسلوق مع ملعقة طعام من مسحوق الكاري

كوبان من مكعبات الجزر والبازيلا

بصلة متوسطة مفرومة ناعماً ومقلية في ملعقتيّ طعام من الزبدة

دجاجة متوسطة مسلوقة

٣ أكواب من صلصة الجبنة المتنوعة مع الكاري

التحضير

تسخن الزبدة في قدر ويقلى فيها البصل حتى يصبح شاحب اللون. يضاف الجزر والبازيلا ويقلى المزيج قليلاً. يضاف من ثم لحم الدجاج المسلوق والمنظف من العظام ويخلط مع الخضار. يسكب هذا المزيج فوق الأرز المسلوق ويخلط معه. يوضع الخليط في طبق زجاجي مقاوم للحرارة ومدهون بالزيت. تسكب الصلصة البيضاء مع الكاري فوق الخليط ويخبز الطبق في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فرنهايت حتى يصبح سطحه وردي اللون.

صلصة الجبنة المتنوعة مع الكاري

٣ ملاعق طعام من الدقيق

٣ أكواب من مرقة الدجاج

٣ ملاعق طعام من الزبدة

نصف كوب من الجبنة المتنوعة

ربع كوب من الكريما الطازجة

التحضير

تسخن الزبدة في قدر ويضاف إليها الدقيق. يحرك المزيج بملعقة خشبية أو شريط معدني. تضاف مرقة الدجاج وتخلط للحصول على مزيج ناعم. يطهى المزيج على النار حتى تتكثف الصلصة ويصبح قوامها مثل اللبن. تضاف ملعقة طعام من مسحوق الكاري وربع كوب من الكريما ونصف كوب من الجبنة إلى الصلصة. تسكب هذه الصلصة فوق الأرز قبل خبزه في الفرن ليصبح وردي اللون.

ملاحظة: يجب استعمال مرقة الدجاج لتحضير الأرز. ولا بد أن يكون الأرز رطباً نوعاً ما للسماح بخبزه في الفرن من دون أن يصبح جافاً كثيراً.

حساء الطماطم بكرات اللحم

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

ملعقتا طعام من الزبدة

بصلة متوسطة مفرومة

٤ إلى ٥ فصوص ثوم مفرومة

ربع ملعقة صغيرة من البابريكا

ربع ملعقة صغيرة من البهار الأبيض

ثلاثة أرباع الكوب من الأرز القصير الحبة

كيلوغرام من البندورة (الطماطم) الحمراء المقشرة والمفرومة

٢ إلى ٣ ملاعق طعام من معجون البندورة

رأس بطاطا كبير مقطع إلى مكعبات صغيرة

جزرتان مقشرتان ومقطعتان إلى مكعبات صغيرة

٢٠٠غ من اللحم المفروم

نصف ملعقة صغيرة من الملح

رشة من البهار الأبيض

١٠ أكواب من مرقة اللحم أو الدجاج

التحضير

تذوب الزبدة في قدر وتقلى فيها كرات اللحم حتى تنضج، ثم ترفع وتوضع جانباً. يستخدم الزيت نفسه لقلي البصل والثوم حتى يذبلا. يضاف البطاطا، والجزر، والبندورة، ومعجون البندورة، والملح، والبابريكا والأرز والمرقة. تغطى القدر ويطهى الحساء حتى تنضج الخضار. تضاف كرات اللحم إلى الحساء وتخلط معه قبل التقديم.

بسكويت بالقرفة والطحينة

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

٣ أكواب من الدقيق لجميع الاستعمالات

كوب من الزبدة، صفار بيضة

٤ ملاعق طعام من اللبن في حرارة الغرفة

٥ ملاعق طعام من السكر الناعم

ملعقة طعام من الباكينغ باودر

ملعقة طعام من برش البرتقال

الحشوة

كوب ونصف الكوب من البندق المحمّص والمطحون خشناً

ملعقة طعام ونصف الملعقة من السكر الناعم

ملعقة طعام من القرفة

بياض بيضة

٣ ملاعق طعام طحينة أو أكثر حسب الحاجة

تخلط هذه المكونات مع بعضها للحصول على مزيج كثيف.

تحضير عجينة البسكويت

تخلط المكونات مع بعضها للحصول على عجينة طرية. تقسم العجينة إلى ٣ كرات ثم تغطى وتترك لترتاح مدة نصف ساعة.

يرش القليل من الدقيق فوق سطح الطاولة وترق عليه كل كرة عجين للحصول على دائرة كبيرة. تقسم الحشوة ثلاثة أقسام ويسكب كل قسم من الحشوة فوق دائرة عجين. تلف الدائرة فوق الحشوة مثل السيجار ثم تقطع إلى قطع صغيرة. تدهن قطع البسكويت بصفار البيض وتخبز في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى تصبح ذهبية اللون. تقدم قطع البسكويت مع الشاي أو القهوة أو العصير.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

سلطة السلمون المدخن الفاخرة

الكمية تكفي شخصاً واحداً

١٠٠غ من شرائح السلمون المدخن
أوراق متنوعة من الخس (وردي وأحمر وأخضر ومجعد)
نصف باقة من الروكا
١٠ قطع من الكبّار
٥ إلى ٦ بصلات صغيرة ومخللة
رأس بندورة (طماطم) صغير مقطع
٣ ملاعق طعام من زيت الزيتون
٣ ملاعق طعام من عصير الليمون
فلفل أسود مطحون طازج.

التحضير

تفتت أوراق الخس إلى قطع صالحة للأكل، كما تقطع أوراق الروكا إلى قطع بعد غسلها وتجفيفها. تخلط هذه الأوراق مع صلصة الليمون وزيت الزيتون. توضع أوراق الخس في قعر طبق وتوزع فوقها شرائح السلمون وقطع الكبار والبصل المخلل. يرش القليل من الفلفل الأسود المطحون حديثاً في الأعلى ويزين الطبق بشرائح البندورة (الطماطم) قبل تقديمه مع الخبز الأسمر الكامل.

ملاحظة: يجب إضافة صلصة الزيت والليمون إلى أوراق السلطة مباشرة قبل التقديم لتفادي ذبول الأوراق. يجب ألا يستعمل السكين لتقطيع أوراق الخس والروكا وإنما يجري تقطيعها بالأصابع لتفادي تغير لونها.

بريوش

الكمية تكفي
٨ إلى ١٠ أشخاص

٦ إلى ٧ أكواب من الدقيق
ملعقة صغيرة من الباكينغ باودر
٦ بيضات في حرارة الغرفة
الغرفة، كوب من الزبدة في حرارة الغرفة
كوب من السكر
نصف ملعقة صغيرة من الملح
ملعقتا طعام من الخميرة الفورية
كوب من الحليب الفاتر
ملعقة صغيرة من المحلب المطحون، ملعقة صغيرة من مسحوق اليانسون
ربع ملعقة صغيرة من المستكة المطحونة مع نصف ملعقة صغيرة من السكر، كوب من الزبيب صفار بيضتين
ملعقة صغيرة من الحليب
سكر لرشه فوق البريوش
زبدة مذوبة لمسح البريوش المخبوز قبل رش السكر عليه

التحضير

يخفق البيض مع السكر، والملح، والخميرة، والمحلب، ومسحوق اليانسون والمستكة المطحونة في خلاط الطعام.
يضاف الحليب الفاتر والدقيق والباكينغ باودر ويخلط الكل للحصول على عجينة دبقة.
تضاف مكعبات الزبدة، بمعدل مكعب واحد كل مرة، إلى العجينة فيما الخلاط لا يزال قيد العمل للحصول أخيراً على عجينة طرية ودبقة جداً.
توضع العجينة في وعاء وتغطى وتترك في مكان فاتر حتى ترتفع وترتاح ويتضاعف حجمها. توخز العجينة مرات عدة ثم تغطى وتترك مجدداً حتى ترتفع.
حين تصبح العجينة جاهزة للرق، تمسح اليدان بالزيت لتسهيل عملية التعاطي مع العجينة وتحول العجينة إلى أشكال عدة (حلقات، عقد، أشكال حلزونية، إلخ...) تصف قطع البريوش في صينية غير لاصقة مدهونة بالقليل من الزيت، على أن تبعد القطع قليلاً عن بعضها.
يمكنك أيضاً استعمال قوالب البريوش المدهونة بالزيت. تترك قطع البريوش في مكان دافئ لمدة ٣٠ إلى ٤٥ دقيقة، ثم يدهن سطحها بمزيج صفار البيض والحليب قبل خبزها في فرن حرارته ٣٧٥ درجة فهرنهايت حتى يشقر سطحها.
تخرج قطع البريوش من الفرن ويُمسح سطحها بالزبدة المذوبة فيما لا تزال ساخنة، ثم يرش عليها السكر. تصف قطع البريوش على مصبع وتترك لتبرد تماماً.
يمكنك أيضاً رش بذور السمسم فوق البريوش بعد دهن سطحها بالبيض المخفوق قبل الخبز.

شعيرية حلوة

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

٣ أكواب من الشعيرية
نصف كوب من السكر
٤ ملاعق طعام من الزيت النباتي
ملعقتان صغيرتان من الهال المطحون
٧ أكواب من الماء الساخن المغلي
٢ إلى ٣ ملاعق طعام من السكر الناعم للزينة

التحضير

تفتت الشعيرية إلى قطع صغيرة ثم تقلى في الزيت الساخن حتى تصبح ذهبية اللون. تحرك الشعيرية بملعقة خشبية أثناء القلي لتفادي احتراقها، علماً أنه يفضل قليها في مقلاة غير لاصقة. يسكب الماء المغلي مع السكر فوق الشعيرية المقلية وتطهى الشعيرية على نار خفيفة حتى تنضج وتمتص كل الماء. تسكب الشعيرية في طبق عميق قليلاً ويرش فوقها السكر الناعم ومسحوق الهال. يقدم الطبق ساخناً.

كبة صاج

الكمية تكفي ١٠ الى ١٢ شخصاً

كيلوغرام من لحم الخروف أو البقر المطحون للكبة
ملعقة طعام من الملح
بصلة صغيرة مبشورة
٤ أكواب من البرغل الأبيض الناعم
كوب من السميد
ماء لدعك الكبة

الحشوة

كيلوغرام من اللحم
نصف الهبر المفروم وسطاً
٤ إلى ٥ بصلات مفرومة ناعماً
نصف كوب من الزيت أو السمنة لقلي البصل
ملعقة صغيرة من البهار الحلو
ثلاثة أرباع ملعقة صغيرة من القرفة
نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود
كوب من الجوز المفروم
ملعقة صغيرة من الملح.

حشوة اللحم

يسخن الزيت أو السمنة ويقلى فيه البصل حتى يذبل. يضاف إليه اللحم والملح ويتابع الطهو حتى يتغير لون اللحم وينضج جيداً وتتبخر كل العصارات.
حين يجف اللحم جيداً ويبدأ بقلي نفسه، تطفأ النار. تضاف كل التوابل مع الجوز إلى اللحم والبصل ويحرك الخليط جيداً. يضاف الملح حسب الحاجة.
يسكب مزيج اللحم في طبق ويترك ليبرد في حرارة الغرفة، ثم يغطى ويحفظ في الثلاجة. يمكنك تحضير الحشوة قبل وقت.

التحضير

يغسل البرغل الناعم ويصفى ثم يخلط مع اللحم، والسميد، والبصل والملح. يدعك هذا المزيج ليصبح دبقاً وتترك الكبة في وعاء مغطى بفوطة رطبة لتفادي جفافها. (تُبلل اليدان بالماء أثناء دعك الكبة). تحضر الحشوة مسبقاً وتترك لتبرد في الثلاجة. تقرص الكبة إلى أقراص صغيرة.
تغمس رقاقة نايلون في الماء ويوضع قرص كبة في وسطها ثم يغطى برقاقة نايلون أخرى. يرق قرص الكبة بالشوبك لتسطيحه والحصول على دائرة قطرها ١٠ إلى ١٥ سم. يمكن استعمال غطاء وعاء لتحديد حجم الدائرة والحصول على محيط ناعم لها.
تكرر العملية نفسها مع قرص كبة آخر للحصول على دائرتين متساويتين من الكبة. يسكب مقدار ٣ إلى ٤ ملاعق طعام من الحشوة بالتساوي فوق أول دائرة كبة ويضغط على الحشوة جيداً للصقها بالكبة مع ترك ٢ سم فارغة على الحواف.
تغطى الحشوة بدائرة الكبة الأخرى ويضغط على الدائرتين جيداً للصق الحواف ببعضها.
توضع دوائر الكبة المحشوة مع رقاقات النايلون في قسم التجليد من الثلاجة حتى تجمد. تكرر هذه العملية نفسها مع بقية أقراص الكبة للحصول على ٢٤ قرص كبة محشوة. توضع أقراص الكبة المحشوة في قسم التجليد من الثلاجة حتى تجمد وتقسو، ثم تخرج من الثلاجة وتدهن بالزيت أو السمنة أو الزبدة وتشوى على الفحم أو في صينية مبطنة بورق الألمنيوم. تشوى أقراص الكبة حتى تنضج وتصبح ذهبية، مع ضرورة قلب أقراص الكبة مرة أو مرتين أثناء الخبز. ثمة خيار آخر يقضي بسلقها قليلاً ومن ثم دهنها بالزبدة المذوبة ولفها بورقة ألمنيوم وخبزها في الفرن أو على الفحم.
تقدم أقراص الكبة مع سلطة الخيار واللبن والثوم وشرائح الليمون الحامض. أو صلصة طراطور الطحينة والبقدونس.

ملاحظة: يمكن حشو أقراص الكبة أيضاً بالليّة المخلوطة مع البصل المفروم والتوابل المتنوعة.
يمكن إضافة الكمون إلى حشوة اللحم حسب الذوق.

مربى وشراب الكرز الأسود المركز

الكمية تصنع ١٢ كوباً

كيلوغرام من الكرز الأسود

٧٥٠غ من السكر

نصف ملعقة صغيرة من حامض الليمون.

التحضير

تنزع أعناق حبات الكرز ونواتها. ثم تنقع بالسكر وتترك جانباً لمدة ٦ إلى ٧ ساعات.

يوضع الكرز مع السكر ويطهى لمدة ٥٠ إلى ٦٠ دقيقة فوق نار خفيفة حتى يتكثف المزيج ويتحول الى قطر. تستعمل ملعقة خشبية لتحريك المربى بين الحين والآخر. يضاف إليه حامض الليمون ويخلط معه. تطفأ النار ويسكب المربى في طبق كبير ويترك جانباً حتى يبرد. يحفظ المربى في مرطبان الضغط.

يستعمل هذا المربى للأكل مع الزبدة والخبز أو يمكن استعماله بمثابة شراب مركز لتحضير الشراب. لإعداد الشراب المنعش، يخلط ربع كوب من الشراب المركز مع ثلاثة أرباع كوب من الماء. تضاف إليه مكعبات الثلج وملعقة طعام من الكرز حسب الرغبة.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

شرائح السمك مع صلصة جوز الهند

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

٤ إلى ٥ شرائح من سمك الهامور أو اللقز، وزن كل منها ١٥٠ إلى ١٧٥ غ

زيت وزبدة لقلي شرائح السمك

بصلة متوسطة مفرومة أو ٣ رؤوس كراث مفرومة

نصف كوب من الدقيق، ملح وبهار أبيض

٢ إلى ٣ فصوص ثوم مفرومة ناعماً

ملعقة طعام من الزنجبيل الطازج المفروم

٣ رؤوس بندورة (بندورة) حمراء مقشرة ومقطعة إلى مكعبات صغيرة

رشة من مسحوق الزعفران

ملعقة صغيرة من ليمون غراس Lemon Grass المفروم

ثلاثة أرباع الكوب من مرقة السمك

كوب من حليب جوز الهند

نصف كوب من الكريما الطازجة، ملح وبهار أبيض

خضار مسلوقة لتقديمها مع شرائح السمك

التحضير

يخلط الملح مع البهار الأبيض والدقيق. تغمس شرائح السمك في خليط الدقيق وتقلى في مزيج الزيت والزبدة، ثم ترفع بواسطة ملعقة ذات ثقوب وتحفظ ساخنة جانباً.

يرمى معظم الزيت الموجود في المقلاة ويحتفظ بالقليل منه فقط. يقلى البصل في هذا الزيت، ثم يضاف إليه الثوم المفروم والزنجبيل والليمون غراس ويتابع القلي حتى يذبل المزيج.

تضاف مرقة السمك والزعفران ويطهى المزيج حتى يتبخر السائل ويتضاءل مقدار المزيج إلى ربع كوب تقريباً. يضاف من ثم حليب جوز الهند والكريما الطازجة. تعاد القدر إلى النار ويطهى محتواها مجدداً حتى تصبح الصلصة متوسطة الكثافة. يضاف إليها الملح حسب الحاجة، والبهار الأبيض حسب الذوق. تضاف البندورة المفرومة ويطهى المزيج لبضع دقائق إضافية ثم تسكب الصلصة فوق شرائح السمك وتقدم مع الخضار المسلوقة والمعكرونة أو البطاطا.

ملاحظة: هي عبارة عن نبتة تايلاندية ذو نكهة الليمون Lemon Grass. يمكن شوي شرائح السمك حسب الرغبة.

رزم الكريب باللحم والخضار

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

عجينة الكريب

٣ بيضات

كوب من الدقيق

كوب من الحليب

نصف ملعقة صغيرة من الملح

الحشوة

٣٠٠غ من شرائح اللحم الهبر المقطعة إلى قطع صغيرة

ربع كوب من الزيت

١٥ بصلة صغيرة (أو كراث أندلسي) مقشرة

رأسان من الفليفلة الخضراء الحريفة مقطعان إلى مكعبات صغيرة

رأسان من البندورة (الطماطم) الحمراء، مقشرة ومقطعة إلى مكعبات صغيرة

ربع كوب من الزيت لقلي اللحم والخضار

ملح وبهار أسود ورشة من البهار

نصف ملعقة صغيرة من معجون البندورة

صلصة البيشاميل

كوب من الحليب، ملعقة طعام من الزبدة

ملعقة طعام من الدقيق، نصف كوب من الجبنة المنوعة

نصف ملعقة صغيرة من الملح

التحضير

تحضر عجينة الكريب بخلط مكوناتها مع بعضها وإعداد قطع كريب متوسطة الحجم في مقلاة غير لاصقة مدهونة قليلاً بالزيت. تحضر الحشوة بقلي البصل في الزيت حتى يذبل قليلاً. يضاف اللحم، والفليفلة الحريفة، ومن ثم البندورة ومعجون البندورة والبهارات.

يخلط الكل للحصول على مزيج لذيذ. تحضر صلصة البيشاميل بخلط كل مكوناتها مع بعضها باستثناء الجبنة. تحشى كل قطعة كريب بالحشوة وتطوى حوافها على بعضها للحصول على شكل رزم. يدهن قعر وجوانب طبق زجاجي مقاوم للحرارة بالزيت. تصف رزم الكريب فيه وتسكب فوقها الصلصة البيضاء. ترش من ثم الجبنة وتخبز قطع الكريب في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى يصبح سطحها ذهبي اللون.

كرات جبنة الموزاريلا مع سلطة البندورة والحبق

الكمية تكفي ٤ إلى ٦ أشخاص

نصف كيلوغرام من جبنة الموزاريلا صغيرة الحجم

نصف كيلوغرام من البندورة (الطماطم) الكرزية

باقة من أوراق الحبق الطازج

الصلصة

ثلاثة أرباع الكوب من زيت الزيتون

بهار أسود مطحون حديثاً

التحضير

تغسل البندورة الكرزية وتصفى ثم توضع في وعاء سلطة.

تصفى كرات الموزاريلا وتخلط مع البندورة.

تغسل أوراق الحبق وتصفى ثم تفرم خشناً وتضاف إلى وعاء السلطة. يسكب زيت الزيتون مع البهار الأسود المطحون حديثاً فوق وعاء السلطة وتحرك السلطة جيداً. يزين الطبق بالمزيد من أوراق الحبق ويقدّم كنوع من المقبلات.

فويوتيه الموز

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص

٣٥٠ إلى ٤٠٠ غ من عجينة الباف (puff pastry)

كوبان من الكريما الطازجة المخفوقة

وصفة من الكريما باتيسيير

٤ إلى ٦ موزات مقشرة ومقطعة إلى شرائح

الكريما باتيسيير

كوبان من الحليب

نصف كوب من السكر

ربع كوب من دقيق الذرة

٣ بيضات

نصف ملعقة طعام من الزبدة

فانيلا وقشرة ليمونة

التحضير

يرش القليل من الدقيق على الطاولة. ترق عجينة الباف على شكل مستطيل سماكته ٤ إلى ٥ مم ثم تقطع إلى أشكال مستطيلة متساوية الحجم ويرش عليها السكر.

يحمى الفرن لغاية ٣٧٥ درجة فهرنهايت. يدهن قعر صينية غير لاصقة بالماء وتصف فيها قطع العجين المستطيلة، على أن تبعد قليلاً عن بعضها. تخبز الصينية في الفرن حتى تنتفخ قطع العجين وتصبح ذهبية اللون. تخرج الصينية من الفرن ويشطر كل مستطيل بعناية إلى نصفين بواسطة رأس سكين حاد. يحشى القسم السفلي من المستطيل بالكريما باتيسيير ثم تصف فوقها شرائح الموز وتزين بالكريما الطازجة المخفوقة. تغلف هذه الحشوة بالقسم الثاني من مستطيل العجين وتقدم الحلوى مع البوظة.

ملاحظة: للحؤول دون تغير لون الموز، يمكن دهنها بعصير الليمون.

يسخن الحليب مع قشرة الليمون في قدر على النار حتى الغليان، ثم ترفع قشرة الليمون بعناية لرميها.

في وعاء آخر، يخلط البيض مع السكر ودقيق الذرة. يضاف الحليب الساخن بعناية إلى مزيج البيض ويخلط معه.

تعاد القدر إلى النار ويطهى محتواها حتى تتكثف الصلصة وتظهر فيها الفقاقيع.

تضاف الفانيلا والزبدة ويخلط المزيج جيداً بالشريط المعدني ويُترك الكريما جانباً لتبرد.

السوفليه الرخامية

الكمية تكفي ٤ أشخاص

صفار بيضتين في حرارة الغرفة مع بضع قطرات من الخل

بياض ٤ بيضات في حرارة الغرفة مع ٣ ملاعق طعام من السكر

ملعقة صغيرة من برش البرتقال، رشة فانيلا

٣ ملاعق طعام من الدقيق المتعدد الاستعمالات

٤٠غ من الشوكولا السوداء المذوبة

زبدة وسكر لدهن القوالب

التحضير

يخفق بياض البيض حتى يصبح كثير الرغوة. يضاف إليه السكر تدريجياً فيما لا يزال الخلاط قيد العمل للحصول على مرانغ لامع وجامد. في وعاء آخر، يخلط صفار البيض مع برش البرتقال والفانيلا والدقيق. يخلط قسم صغير من بياض البيض مع خليط صفار البيض والدقيق باستعمال شريط معدني. تضاف بعدها بقية بياض البيض ويخلط المزيج بشريط معدني للحصول على خفيق ناعم وخفيف. تسكب نصف كمية هذا الخفيق فوق الشوكولا المذوبة وتخلط معها للحصول على خفيق ناعم. يسكب خفيق الشوكولا فوق الخفيق الأبيض ويحرك المزيج بمقبض ملعقة خشبية للحصول على شكل رخامي. تدهن ٤ قوالب صغيرة، حجم كل واحدة منها ٤×٧ سم، بالزيت أو الزبدة ويرش فوقها السكر ويسكب فيها الخفيق الرخامي بحيث يملأ ثلاثة أرباعها.

تخبز القوالب في فرن حرارته ٣٧٥ إلى ٤٠٠ درجة فهرنهايت لمدة ١٠ إلى ١٢ دقيقة حتى تتضخ وتنتفخ.

تخرج القوالب من الفرن ويرش عليها السكر الناعم وتقدم فاترة مع الفاكهة أو البوظة.

مافن المربى

الكمية تصنع ١٢ قطعة مافن

كوب من الدقيق

٧٥غ من الزبدة في حرارة الغرفة

بيضة واحدة

نصف كوب من السكر الناعم

نصف ملعقة صغيرة من الباكينغ باودر

فانيلا، نصف ملعقة صغيرة من برش الليمون

الحشوة

كوب من الجوز، نصف كوب من السكر الناعم

بيضتان

فانيلا وبرش ليمون

أي نوع من المربى (مربى فراولة، أو كرز، أو برتقال....)، سكر ناعم

التحضير

يهرس الجوز مع السكر والبيض والفانيلا وبرش الليمون للحصول على مزيج كثير الحبيبات.

يدهن ١٢ قالب مافن بالزيت ويحمى الفرن لغاية ٣٥٠ درجة فهرنهايت.

يخلط الدقيق مع الزبدة، والبيض، والسكر الناعم، والفانيلا وبرش الليمون في خلاط الطعام للحصول على عجينة طرية. تقسم العجينة إلى ١٢ قطعة وتوضع قطعة واحدة في كل قالب مافن. توزع العجينة على قعر قالب المافن وحوافه ثم يحشى كل قالب مافن بمقدار ملعقة صغيرة من المربى المحضر.

يسكب بعدها مقدار ملعقة طعام من الحشوة المحضرة فوق كل قالب مافن وتخبز قوالب المافن لمدة ١٥ دقيقة تقريباً حتى تنتضج تماماً. يرش عليها السكر الناعم وتقدم.

بسكويت السيجار

الكمية تصنع ٢٠ قطعة

ربع كوب من القطر الذهبي (golden syrup) أو العسل

٩٠غ من الزبدة المفرومة

ثلث كوب من السكر الأسمر

ثلث كوب من الدقيق المتعدد الاستعمالات

ملعقة صغيرة من الزنجبيل أو الفانيلا

التحضير

يخلط القطر الذهبي أو العسل مع الزبدة والسكر في قدر صغيرة. يحرك المزيج فوق النار حتى تذوب الزبدة. تضاف من ثم المكونات الجافة المنخولة. يسكب هذا المزيج على شكل دوائر بواسطة ملعقة صغيرة فوق صينية كبيرة مدهونة بالزيت، على أن تبعد الدوائر عن بعضها مسافة ١٠ سم تقريباً.

تخبز دوائر البسكويت في فرن معتدل الحرارة ٣٥٠ درجة فهرنهايت لمدة ٥ دقائق تقريباً أو حتى تشقر حواف قطع البسكويت قليلاً. تترك قطع البسكويت لتبرد لمدة دقيقة تقريباً، ثم ترفع من الصينية باستعمال ملوق معدني وتلف فوراً حول مقبض ملعقة خشبية. تترك على هذه الحال حتى تجمد وتأخذ شكل السيجار. تحشى قطع البسكويت بالكريما المخفوقة مباشرة قبل التقديم.

ملاحظة: يمكن حفظ قطع البسكويت غير المحشوة في وعاء كتيم للهواء لتفادي دخول الرطوبة إليها. من الضروري ضغط السكر بكف اليد أو الملعقة أثناء المكيال للحصول على المقدار الصحيح.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

فلورنتين السلمون

الكمية تصنع ٦ قطع

٦ شرائح سلمون (وزن كل منها ١٧٥ إلى ٢٠٠ غ) مع جلدها ولكن من دون حسك

١.٥ كيلوغرام من أوراق السبانخ المسلوقة والمصفاة والمعصورة باليد

٦ ملاعق طعام من زيت الزيتون

٦ إلى ٨ ملاعق طعام من الدقيق

بصلة متوسطة الحجم مفرومة ناعماً

١٠٠غ من الزبدة، رشة زعفران، ملح وبهار

التحضير

تلف شرائح السلمون في أشكال دائرية وتربط كل لفافة بخيط مخصص لربط الروستو.

يرش عليها الملح والبهار وتغمس كل لفافة في الدقيق لتغليفها على الوجهين.

يسخن ٦ إلى ٨ ملاعق طعام من زيت الزيتون وتقلى فيه لفافات السلمون قليلاً ثم تصف في صينية فرن مبطنة بورق البارشمان. تخبز لفافات السلمون في الفرن لمدة ٧ إلى ١٠ دقائق ثم تغطى وتترك جانباً حتى موعد التقديم.

يسخن ١٠٠ غ من الزبدة ويقلى فيه البصل مع أوراق السبانخ. يرش الملح والبهار الأبيض.

توضع ٤ أكواب من الكريما الطازجة في قدر وتسخن حتى تغلي وتتكثف قليلاً. تضاف إليها رشة من الملح والبهار الأبيض والقليل من الزعفران. بهذه الطريقة، تصبح الكريما صفراء اللون.

لتقديم هذا الطبق، يسكب السبانخ في طبق التقديم وفوقه شرائح السلمون. يسكب القليل من الكريما حول السبانخ ويزين الطبق بشرائح الليمون.

ملاحظة: يمكن تقديم أي نوع من المعكرونة أو البطاطا بمثابة طبق جانبي.

قالب الدجاج الربيعي بالخضار

الكمية تكفي ٤ أشخاص

٤ صدور دجاج مع جلدها

دقيق لغمس صدور الدجاج

ملح وبهار أسود

رأس فليفلة أخضر ورأس فليفلة أحمر مقطعان إلى مكعبات متوسطة الحجم

نصف كوب من حبات الذرة

ربع باقة من الكزبرة الطازجة المفرومة

ربع باقة من البقدونس المفروم

بصلة متوسطة مفرومة

٤ إلى ٥ فصوص ثوم مفرومة

٤ رؤوس بندورة (طماطم) حمراء وجامدة، مقشرة ومقطعة إلى قطع صغيرة

ملعقتا طعام من معجون البندورة

ملعقة صغيرة من معجون الحرّ

التحضير

تغمس صدور الدجاج في مزيج الدقيق والملح والبهار.

يسخن الزيت النباتي وتقلى فيه صدور الدجاج حتى تصبح ذهبية اللون، ثم ترفع من القدر وتوضع جانباً.

يستخدم الزيت نفسه لقلي البصل والثوم.

تضاف الخضار المفرومة (أي الفليفلة الخضراء والحمراء والبندورة والذرة) إلى القدر. تعاد صدور الدجاج المقلية إلى القدر. يضاف أيضاً معجون البندورة والحرّ. تغطى القدر وتطهى على النار حتى ينضج الدجاج والخضار.

تضاف الكزبرة والبقدونس ويتابع الطهو لمدة ٥ إلى ٧ دقائق إضافية.

يقدم الطبق مع الأرز.

لفافات الدجاج مع الخضار

الكمية تكفي ٦ إلى ٧ أشخاص

٦ إلى ٧ قطع من صدور الدجاج المسطحة مثل الإسكالوب

٤ ملاعق طعام من البازيلا

٤ رؤوس من البصل الأخضر المفروم

نصف كوب من الشبث الطازج المفروم

ربع كوب من الفطر الطازج المفروم

ربع كوب من الجزر المقطع إلى مكعبات صغيرة

ربع كوب من مكعبات الفليفلة الخضراء والحمراء

التحضير

يرش الملح والبهار فوق إسكالوب الدجاج. تخلط بقية المكونات مع بعضها ويسكب مقدار ١.٥ إلى ٢ ملعقة طعام من الخليط فوق جهة واحدة من كل شريحة دجاج قبل لفها مثل السيجار بمساعدة ورقة برشمان. تربط اللفافة على الجانبين كما لو أنها حبة بونبون. توضع هذه اللفافات في صينية وتخبز في فرن حرارته ٣٧٥ درجة فهرنهايت لمدة ٣٠ دقيقة تقريباً، ثم تخرج من الفرن وتترك جانباً حتى تبرد. تفتح ورقة البرشمان عن كل لفافة دجاج وتقطع اللفافة إلى حصص مائلة وتقدم بمثابة نوع بارد من المقبلات.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

شرائح اللحم مع صلصة الأعشاب

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

- كيلوغرام من شرائح اللحم الهبر
- ربع كوب من الزيت النباتي وملعقتا طعام من الزبدة
- بصلة كبيرة مشطورة إلى نصفين
- ملعقة طعام من الخردل
- نصف ملعقة صغيرة من البهار الأسود

الصلصة

- ٣٠٠غ من الفطر الطازج المفروم
- ربع كوب من أوراق الكزبرة الطازجة
- نصف ملعقة طعام من إكليل الجبل الطازج المفروم
- ملعقة طعام من الخردل الأصفر
- مكعبان من مرقة الدجاج مع ١.٥ كوب من الماء
- كوب من الكريما الطازجة
- ملعقة طعام من الثوم المهروس
- بصلة صغيرة مفرومة
- ربع كوب من أوراق البقدونس

التحضير

تفرك شرائح اللحم بنصف بصلة ثم تفرك بالخردل والبهار الأسود. يسخن الزيت النباتي مع الزبدة على نار قوية في مقلاة كبيرة. تقلى فيه شرائح اللحم لينضج قليلاً ثم ترفع وتنقل إلى صينية غير لاصقة.

يحمى الفرن لغاية ٤٥٠ درجة فهرنهايت وتشوى فيه شرائح اللحم لمدة ٢٠ دقيقة حتى تنضج من كل الجهات. تحفظ شرائح اللحم ساخنة ريثما يتم تحضير الصلصة. لتحضير الصلصة، تستعمل المقلاة نفسها التي جرى فيها قلي شرائح اللحم لقلي الفطر الطازج مع أوراق الكزبرة، وإكليل الجبل المفروم، والبصل المفروم، والبقدونس، والثوم المهروس. يقلى الكل معاً حتى تذبل الخضار والأعشاب. يضاف الخردل مع مكعبيّ مرقة الدجاج والماء. يسخن المزيج جيداً. ينقل هذا المزيج إلى خلاط الطعام ويهرس للحصول على صلصة ناعمة وخضراء اللون.

تضاف الكريما الطازجة وتخلط مع المزيج. يسخن المزيج قليلاً ويقدم مع شرائح اللحم.

ملاحظة: يضاف الملح بعد شواء شرائح اللحم مباشرة قبل التقديم.

همبرغر بخبز القمح الكامل

الكمية تكفي ٦ أشخاص

- ٦ أرغفة همبرغر من دقيق القمح الكامل صغيرة الحجم
- ٥٠٠غ من اللحم المفروم ناعماً
- فصا ثوم مبشوران أو مهروسان
- بصلة متوسطة الحجم مبشورة
- ملعقة صغيرة من الخردل
- ربع كوب من الكعك المطحون
- ربع كوب من الكاتشاب
- ملح وبهار أبيض ورشة من البهار الحلو
- ملعقة صغيرة من بهارات الهمبرغر
- زيت لقلي الهمبرغر أو شوائه في مقلاة غير لاصقة

للزينة

- أوراق خس أو ملفوف
- شرائح بندورة (طماطم) مقلية قليلاً في الزيت النباتي
- مايونيز وخردل وكاتشاب
- شرائح بصل (اختياري) مقلية قليلاً في الزيت
- شرائح من جبنة التشيدار (اختياري)
- بطاطا مقلية لتقديمها جانباً

تحضير الهمبرغر

يخلط اللحم المفروم مع الثوم، والبصل، والخردل، والكاتشاب، والكعك المطحون، والملح والبهار وملعقة صغيرة من بهارات الهامبرغر. يقرّص مزيج اللحم إلى أقراص مسطحة بحجم أرغفة الخبز المراد استعمالها.

يوضع كل قرص لحم بين ورقتين من النايلون وتحفظ أقراص اللحم في الثلاجة حتى موعد الاستعمال. يمكن تحضير أقراص اللحم قبل طهيها وتقديمها أو يمكن حفظها في قسم التجليد من الثلاجة لمدة أسبوع كامل أو في الثلاجة لمدة ١٢ ساعة. تسخن مقلاة كبيرة فوق النار وتمسح بالزيت ثم تقلى أو تشوى فيها أقراص الهمبرغر حتى تنضج من الداخل.

تحضر أرغفة الهمبرغر من خلال قطع كل رغيف همبرغر أفقياً إلى نصفين، ومن ثم دهن النصف السفلي بالخردل والكاتشاب والمايونيز. يوضع قرص اللحم المشوي ويغطى بشرائح البندورة والبصل. توضع من ثم الطبقة الثانية من رغيف الخبز، ويسخن رغيف الهمبرغر المحشو قليلاً في الفرن ويقدم مع البطاطا المقلية. في حال استعمال أوراق الخس، يجب إضافتها لاحقاً. للحصول على تشيزبرغر يجب وضع شريحة من جبنة التشيدار فوق قرص اللحم مباشرة قبل وضعها في الفرن.

شرائح اللحم المخللة مع الخضار

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

- كيلوغرام من شرائح اللحم الهبر والطرية المقطعة إلى عيدان رفيعة وطويلة
- رأسان من الفليفلة الخضراء المقطعة إلى عيدان رفيعة
- ٢٠٠غ من الفطر المقطع إلى شرائح
- كوب من حبات الذرة أو عرانيس الذرة الصغيرة
- ربع كوب من صلصة الشواء
- ربع كوب من الخل الأحمر
- ملعقة طعام من صلصة وورشستر
- نصف إلى ثلاثة أرباع الكوب من الزيت
- ملح وبهار أسود وفلفل أسود حب
- بصلتان كبيرتان مقطعتان إلى شرائح رقيقة
- زيت لطهو اللحم، ورقتا غار

التحضير

تخلل شرائح اللحم مع الخضار باستعمال كل الصلصات المذكورة سابقاً إضافة إلى الزيت والقليل من الملح وبعض حبات الفلفل الأسود وأوراق الغار. تترك شرائح اللحم مع الخضار منقوعة في صلصة التخليل لمدة ٢٤ ساعة.

في اليوم التالي، تصفى شرائح اللحم مع الخضار وتطهى في مقلاة معدنية ساخنة جداً فوق نار قوية حتى تنضج تماماً. يقدم هذا الطبق بمثابة حشوة لأرغفة التورتيلا.

أرغفة خبز الهامبرغر الكاملة الحبوب

الكمية تصنع ١٨ رغيفاً

- كوبان من الدقيق المتعدد الاستعمالات
- كوب ونصف الكوب من دقيق القمح الأسمر الكامل
- ملعقة صغيرة من الملح
- ٥٠غ من الزبدة في حرارة الغرفة
- ملعقتا طعام من الخميرة الفورية
- كوب من الماء الساخن أو حسب الحاجة للحصول على عجينة طرية وانما غير دبقة كثيراً

التحضير

يوضع نوعا الدقيق في خلاط الطعام. يضاف الملح، والزبدة، والخميرة، والماء الساخن. يدعك المزيج حتى الحصول على عجينة طرية وناعمة. يدهن وعاء بالزيت وتنقل إليه العجينة وتغطى بفوطة رطبة وتترك لمدة ساعة تقريباً في مكان دافئ بحيث يتضاعف حجمها. تعجن العجينة وتقرّص إلى كرات صغيرة بحجم حبات الدرّاق، ثم تصف في صينية مرشوشة بالدقيق الأسمر. تترك أقراص العجين مجدداً في مكان دافئ لترتاح وترتفع ثم تخبز في فرن حرارته ٣٧٥ درجة فهرنهايت حتى تنتفخ ويصبح داخلها فارغاً وخفيفاً، فيما قشرتها هشة وقاسية.

بريوش للأولاد

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص

٣.٥ أكواب من الدقيق المتعدد الاستعمالات

ثلاثة أرباع الكوب من السكر

٤ بيضات في حرارة الغرفة

٢٠٠غ (أو كوب واحد) من الزبدة في حرارة الغرفة

كوبان أو أكثر من الحليب الساخن

١.٥ملعقة طعام من الخميرة الفورية

نصف ملعقة صغيرة من الملح

صفار بيضتين وملعقة طعام من السكر لدهن سطح البريوش

سكر وزبدة لتزيين أعلى البريوش

التحضير

يخلط الدقيق مع السكر والحليب الساخن في خلاط الطعام. تضاف الخميرة والملح ويتابع الخلط. يضاف البيض، بمعدل بيضة واحدة كل مرة، ويتابع الخلط.
تضاف الزبدة وعندما تخلط كل المكونات جيداً ببعضها، يمكن الحصول على عجينة طرية ودبقة قليلاً.
توضع العجينة في وعاء مدهون بالزيت وتغطى بفوطة مطبخ وتترك جانباً في مكان دافئ حتى ترتاح وتنتفخ ويتضاعف حجمها.
تدعك العجينة وتغطى مجدداً وتترك لتنتفخ مجدداً. تدعك العجينة مرة ثانية ثم ترق على شكل حبال طويلة وتلف على شكل حلزوني للحصول على قطع بريوش دائرية الشكل. تصف قطع البريوش في صينية غير لاصقة مدهونة قليلاً بالزيت، على أن تبعد قطع البريوش قليلاً عن بعضها تفادياً لالتصاقها ببعضها بسبب انتفاخها خلال الخبز.
يدهن سطح البريوش بصفار البيض وتترك جانباً لتنتفخ مجدداً.
يحمى الفرن لغاية ٣٧٥ درجة فهرنهايت وتخبز فيه قطع البريوش حتى يصبح سطحها ذهبي اللون. تخرج قطع البريوش من الفرن ويدهن سطحها بالزبدة ويرش عليها السكر فيما لا تزال ساخنة.
يستحسن تناول قطع البريوش في اليوم نفسه.

تشيزكايك الدراق

الكمية تكفي ٨ أشخاص

جاتوه اسفنجي دائري قطره ٢٠ سم وسماكته ١ سم

الحشوة

علبة وزنها ٤٢٥ غ من شرائح الدراق، مصفاة من العصير

برش وعصير نصف برتقالة

٢٢٥غ من الجبنة القشدية الطرية الكاملة الدسم

بيضتان مفصولتان، نصف كوب من السكر

ثلثا الكوب من الكريما الحامضة

١.٥ملعقة طعام من بودرة الجيلاتين

٦ ملاعق طعام من الماء

الطبقة العلوية

ثلثا ألكوب من الكريما الطازجة المخفوقة

شرائح من الدراق

أربع ملاعق طعام من مربى المشمش وملعقتا طعام من الماء

التحضير

توضع طبقة الجاتوه الاسفنجي في قالب تشيزكايك قطره ١٨ إلى ٢٠سم، مع إمكانية تشذيب حواف الجاتوه عند الضرورة بحيث ينطبق تماماً داخل قالب التشيزكايك.
لإعداد الحشوة، توضع شرائح الدراق في الخلاط مع برش البرتقال وعصيره. يخلط الكل للحصول على هريسة ناعمة. تهرس الجبنة في وعاء كبير. يضاف إليها صفار البيض، وملعقتا طعام من السكر، والكريما الحامضة، وهريسة الدراق. يذوّب الجيلاتين مع الماء في وعاء صغير مقاوم للحرارة موضوع فوق قدر من الماء المغلي. يحرك الجيلاتين حتى يذوب في الماء. يضاف الجيلاتين إلى مزيج الجبنة ويترك جانباً حتى يوشك المزيج على الجمود.
يخفق بياض البيض ليصبح جامداً، ثم تضاف إليه بقية السكر. يضاف مزيج الجبنة تدريجياً ويتابع الخفق. يوزع هذا المزيج فوق الجاتوه بالتساوي ويمهّد سطحه جيداً. يوضع قالب التشيزكايك في الثلاجة لمدة ٣ إلى ٤ ساعات أو حتى تجمد الحشوة. تفك حواف قالب التشيزكايك بعناية وينقل قالب التشيزكايك مع القاعدة الحديدية للقالب. تسكب فوقه الكريما المخفوقة ويزين بشرائح الدراق.
يخلط مقدار ٤ ملاعق طعام من مربى المشمش المصفّى مع ملعقتي طعام من الماء ويسخن المزيج قليلاً ثم يدهن سطح الجاتوه بفرشاة.

دوم الشوكولا والفراولة

الكمية تكفي ٨ أشخاص

المكوّنات

وصفة سويس رول

وصفة موس بالشوكولا وموس بيضاء

١ إلى ١.٥ كوب من الفراولة المفرومة

وصفة غاناش بالشوكولا، وصفة قطر

مكونات السويس رول (الجينواز)

٦ بيضات في حرارة الغرفة

ثلثا الكوب من السكر، فانيلا

ثلثا الكوب من الدقيق المتعدد الاستعمالات

التحضير

يخفق البيض ليصبح شاحب اللون. يضاف إليه السكر تدريجياً ويتابع الخفق لمدة ٢ إلى ٣ دقائق حتى يذوب كل السكر. تضاف الفانيلا. ثم يضاف الدقيق ويخلط المزيج بملعقة خشبية أو ملوق بلاستيكي للحصول على خفيق ناعم وخفيف. تبطن صينية فرن مستطيلة حجمها ٢٠-٣٠-٢ سم بورق البارشمان. يسكب خفيق الجاتوه في هذه الصينية ويسوّى سطحه ويخبز في فرن حرارته ٣٥٠درجة فهرنهايت لمدة ١٠ إلى ١٢ دقيقة حتى ينضج الجاتوه من الداخل. يخرج الجاتوه من الفرن ويقلب فيما لا يزال فاتراً وتنزع عنه ورقة البارشمان.

وصفة الموس

٢٥٠غ من الشوكولا نصف الحلوة

ملعقتا طعام من الزبدة

صفار ٤ بيضات

ثلث كوب من السكر

كوبان من الكريما الطازجة المخفوقة (كوب من الكريما الحيوانية وكوب من الكريما النباتية)

فانيلا

تذوب الشوكولا في المايكروويف أو بطريقة البان ماري. تضاف إليها الزبدة وتخلط معها. في وعاء آخر، يخفق صفار البيض ويضاف إليه السكر تدريجياً ويتابع الخفق للحصول على خليط متماسك. تضاف رشة فانيلا.
تخلط الشوكولا المذوبة مع صفار البيض المخفوق للحصول على خليط جامد. تضاف الكريما الطازجة المخفوقة ويخلط الكل بشريط معدني.

صلصة الغاناش

٢٠٠غ من الشوكولا السوداء المفرومة

كوب من الكريما الطازجة

ملعقة طعام من الزبدة في حرارة الغرفة

تسخن الكريما الطازجة في قدر حتى درجة الغليان. تطفأ النار. تضاف الشوكولا المفرومة إلى الكريما وينتظر قليلاً حتى تذوب الشوكولا بفعل حرارة الكريما.
تحرك صلصة الغاناش بملعقة خشبية أو شريط معدني. تضاف بعدها الزبدة.

القطر

كوب من السكر، كوب من الماء

بضع قطرات من أية نكهة

يسخن السكر مع الماء في قدر على النار حتى يبدأ بالغليان. تطفأ النار ويترك القطر جانبا.

تفرم معظم حبات الفراولة ويتم الاحتفاظ ببعض منها للزينة.

لإعداد الدوم (أو القبة)

يبطّن وعاء على شكل قبّة بورق النايلون اللاصق. تصف في قعره وعلى جوانبه قطع طويلة مثلثة من جاتوه الجينواز. تدهن شرائح الجاتوه بالقطر لتصبح رطبة. يسكب بعض الموس في الدوم مع ضرورة لصق الموس بجواف الجاتوه. تسكب من ثم الفراولة المفرومة في وسط الموس وتسكب طبقة جديدة من الموس. تصف بعدها طبقة من شرائح جاتوه جينواز فوق الدوم وتدهن هذه الشرائح بالقطر.
يضغط على محتوى الوعاء جيداً قبل حفظه في الثلاجة لمدة ٢ إلى ٣ ساعات. يخرج الوعاء من الثلاجة ويقلب. تسخن صلصة الشوكولا قليلاً وتسكب فوق الدوم لتغطي كل جوانبه. يزين دوم الشوكولا بقطع الشوكولا ورقاقتين من الشوكولا البيضاء إضافة إلى حبات الفراولة.
ملاحظة: يمكن تحضير صلصة الشوكولا قبل يوم من تحضير الجاتوه. ويمكن الاحتفاظ بالجاتوه حتى اليوم التالي في حال عدم سكب صلصة الشوكولا عليه.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

خبز السلطعون

الكمية تكفي ١٠ إلى ١٢ شخصاً

٣.٥ أكواب من الدقيق المتعدد الاستعمالات

ملعقة صغيرة من الملح

٥٠غ من الزبدة

ملعقتا طعام من الخميرة الفورية

كوب من الماء الساخن

التحضير

يخلط الدقيق مع الملح والزبدة والخميرة والماء في خلاط الطعام للحصول على عجينة طرية.

تنقل العجينة إلى وعاء مدهون بالزيت وتغطى بفوطة رطبة وتحفظ في مكان دافئ حتى تنتفخ ويتضاعف حجمها.

تدعك العجينة ثم يحضر منها شكل السلطعون (الرجاء الانتباه إلى الصورة). يدهن الرغيف بصفار البيض ويحفظ جانباً حتى ينتفخ مجدداً.

يخبز الرغيف في فرن حرارته ٣٧٥ درجة فهرنهايت حتى ينضج ويصبح ذهبي اللون.

يزين الرغيف بمختلف أنواع المقبلات، مثل مكعبات جبنة التشيدار، والهوت دوغ، والزيتون وما شابه. يمكن غرز هذه المقبلات في عيدان الأسنان الخشبية لتثبيتها فوق الرغيف.

هذه الوجبة ملائمة للحفلات وأعياد الميلاد والبوفيه.

متبل الباذنجان مع الجبنة والصلصة البيضاء

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

٣ رؤوس باذنجان طويلة متوسطة الحجم مشوية على الفحم أو في الفرن، مقشرة ومفروكة بنصف ليمونة

كوب من الحليب، ملعقة طعام من الدقيق

ملعقة طعام من الزبدة

نصف كوب من الجبنة المبشورة

ملح وبهار أبيض ورشة من جوزة الطيب

بقدونس مفروم، بهار أحمر للزينة

التحضير

يهرس الباذنجان المشوي ويوضع في وعاء كبير.
تسخن الزبدة في قدر ويضاف إليها الدقيق للحصول على صلصة الرو.
يضاف الحليب مع رشة من الملح، وجوزة الطيب، والبهار الأبيض. يخلط المزيج ويطهى على النار حتى تصبح الصلصة ناعمة وكثيفة.
تضاف الجبنة والباذنجان المهروس إلى الصلصة البيضاء (أو صلصة البيشاميل).
يسكب المزيج في طبق التقديم ويزين بالبقدونس المفروم والبهار الأحمر.
يقدم الطبق مع شرائح اللحم المقلية في صلصة البندورة (الطماطم).

شرائح اللحم المقلية في صلصة البندورة

نصف كيلو غرام من شرائح اللحم المقطعة إلى مكعبات صغيرة

ملعقة طعام من الزبدة وربع كوب من الزيت النباتي

ملح وبهار أسود وبهار أحمر

ملعقة طعام من معجون البندورة (الطماطم)

تسخن الزبدة مع الزيت في مقلاة تضاف مكعبات اللحم وتقلى حتى تنضج. يضاف الملح والبهار والبهار الأحمر ومعجون البندورة. يتابع القلي لبضع ثوانٍ إضافية. يسكب هذا اللحم مع الصلصة في طبقٍ ويقدم فاتراً مع الباذنجان المحضر.

أصابع البقلاوة بالطحينة

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

علبة من رقاقات عجينة البقلاوة أو الفايلو

كوب من الزبدة المذوبة

كوب من الزيت النباتي أو السمنة

الحشوة

كوبان من الجوز المطحون

ملعقة طعام من السكر الناعم

بياض بيضة واحدة

٤ إلى ٦ ملاعق طعام من الطحينة أو أكثر حسب الحاجة

تحضير القطر

كوبان من السكر، كوبان من الماء

ملعقة طعام من عصير الليمون

يسخن السكر مع الماء في قدر على النار لمدة ١٥ دقيقة تقريباً حتى يتكثف قليلاً. يضاف عصير الليمون ثم تطفأ النار.

التحضير

يذوب الثلج عن رقاقات عجينة البقلاوة، ثم تغطى بفوطة مطبخ. تذوب الزبدة مع الزيت أو السمنة في قدر على النار.

تدهن كل رقاقة بقلاوة بقليل من الزيت ثم بالطحينة ثم تطوى مسافة ٥ سم من حافة الرقاقة. يسكب مقدار ملعقتي طعام من مزيج الجوز المطحون فوق الحافة المطوية ثم تلف الرقاقة مثل السيجار حتى الوصول إلى الطرف الآخر من الرقاقة. تكشكش حافة العجينة وتدهن بالزيت. تكرر العملية نفسها مع بقية رقاقات البقلاوة. تصف لفافات البقلاوة المحشوة في صوان مدهونة قليلاً بالزيت.

تخبز أصابع البقلاوة في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى تصبح وردية اللون. تخرج من الفرن ويسكب فوقها قطر السكر الفاتر حين تبرد.

بعد امتصاص كل القطر، تقطع لفافات البقلاوة إلى حصص صغيرة بحجم الأصابع وتزين بالفستق الحلبي المطحون وتقدم.

المرانغ

الكمية تصنع ١٢ قطعة

بياض بيضتين في حرارة الغرفة

ملعقة صغيرة من عصير الليمون

ثلثا الكوب من السكر، رشة فانيلا

التحضير

يخفق بياض البيض حتى يصبح كثير الرغوة ثم يضاف تدريجياً عصير الليمون والسكر في وعاء صغير بواسطة الخلاط الكهربائي على سرعة متوسطة لمدة ١٠ إلى ١٥ دقيقة حتى يذوب السكر ويصبح المزيج متماسكاً.

يسكب المزيج في كيس حلويات مزود برأس متوسط ويضغ على شكل دوائر قطرها ٤ إلى ٥ سم. يجب أن تبعد دوائر المرانغ عن بعضها ٤ سم تقريباً. تسكب دوائر المرانغ في صواني مبطنة بورق البارشمان وتخبز في فرن حرارته ٢٠٠ درجة فهرنهايت لمدة ساعة تقريباً أو حتى يجف المرانغ ويصبح هشاً. تغمس قواعد المرانغ في الشوكولا (حسب الرغبة) ثم تترك لتجمد على الصواني.

لإعداد صلصة الشوكولا، يخلط ١٥٠ غ من الشوكولا السوداء المذوبة مع ١،٥ ملعقة صغيرة من الزيت النباتي.

أم خالد (بودينغ الجبنة والخبز)

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

علبة من شرائح التوست الأبيض

نصف كيلوغرام من جبنة العكاوي (المنقوعة في الماء لإزالة الملح منها)

نصف كيلوغرام من الجبنة المجدولة (المنقوعة في الماء لإزالة الملح منها)

بيضتان

كوب من الزبدة المذوبة مخلوطة مع ٢ إلى ٢.٥ كوب من الحليب

كوبان من قطر السكر المحضر مسبقاً مع ملعقة صغيرة من ماء الزهر وملعقة صغيرة من ماء الورد

التحضير

تنزع الحواف البنية عن شرائح التوست الأبيض. يدهن قعر وجوانب طبق زجاجي مربع مقاوم للحرارة بالقليل من الزبدة. تصف في قعر الطبق طبقة من شرائح التوست. تهرس الجبنة في خلاط الطعام أو بواسطة الشوكة. توزع هذه الجبنة فوق طبقة التوست. تغطى الجبنة بطبقة ثانية من التوست بحيث لا يبقى أي شيء من الجبنة ظاهراً للعيان. يسكب مزيج الحليب والزبدة فوق شرائح التوست لغمرها كلها، ويترك الطبق في الثلاجة طوال الليل. تخفق البيضتان قليلاً بالشوكة ويسكب البيض المخفوق فوق شرائح التوست. يخبز الطبق في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى ينتفخ سطحه ويصبح وردي اللون. يخرج الطبق من الفرن ويسكب فوقه القطر البارد. يزين الطبق بالفستق المطحون خشناً ويقدم فوراً.

ملاحظة: يمكن تناول هذه الحلوى ساخنة قبل أن تقسو الجبنة.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

يخنة الدجاج مع الخضار

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

- كيلوغرام من صدور الدجاج المقطعة إلى مكعبات
- ١٠٠غ من الزبدة مع ربع كوب من الزيت
- ٢ إلى ٣ جزرات مقشرة ومقطعة إلى مكعبات صغيرة ومسلوقة
- عودان من الكراث، مقشران ومنظفان ومغسولان ومقطعان إلى قطع من ٢ إلى ٣ سم
- ٤ رؤوس بطاطا مقشرة ومقطعة إلى مكعبات ومقلية
- علبة من الفطر الكامل، مصفاة من الماء
- نصف باقة من البقدونس المفروم
- نصف كوب من مرقة الدجاج
- كوبان من الكريما الطازجة
- ملح وبهار
- بيضتان
- ملعقة طعام من الخل أو عصير ليمون

التحضير

تسخن الزبدة أو الزيت في قدر أو مقلاة. تضاف مكعبات الدجاج وتقلى سريعاً حتى تصبح بيضاء اللون. يرش عليها الملح والبهار الأبيض والقليل من البهار الحلو.

يضاف الجزر المسلوق مع الكراث ويتابع القلي حتى يذبل الكراث قليلاً.

يضاف الفطر مع نصف كوب من مرقة الدجاج ويطهى الكل حتى يتضاءل حجم الصلصة ويبقى القليل منها فقط، وتنضج الخضار ومكعبات الدجاج.

تضاف البطاطا المقلية وتخلط مع المزيج.

تضاف ٤ أكواب من الكريما الطازجة المخفوقة مع بيضتين، إضافة إلى الخل أو عصير الليمون. يطهى المزيج لبضع دقائق إضافية، ثم تطفأ النار ويضاف البقدونس المفروم. تقدم هذه الوجبة مع المعكرونة أو الأرز المسلوق.

شيش برك بالعدس

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

كوبان من العدس الأحمر
٢٠٠غ من اللحم المفروم

كوبان من الدقيق الأبيض
ربع كوب من الجوز المفروم
٣ بصلات متوسطة
كوب من الزيت أو السمنة

سماق، عود كرفس مفروم
رأسا بندورة (طماطم)
مفرومان إلى مكعبات صغيرة

التحضير

يذوب القليل من الملح في الماء البارد ثم يخلط مع الدقيق للحصول على عجينة شديدة. تترك العجينة جانباً لمدة نصف ساعة ثم تقسم ثلاثة أقسام وتغطى ثم تفرم بصلة واحدة ناعماً وتقلى في نصف كمية الزيت أو السمنة حتى تذبل.

يضاف إليها اللحم المفروم ويتابع القلي مع القليل من الملح وربع ملعقة صغيرة من البهار الحلو، وربع ملعقة صغيرة من القرفة. يضاف من ثم الجوز المفروم وتحرك الحشوة ثم ترفع المقلاة عن النار.

يغسل العدس ويوضع في قدر واسعة مليئة بالماء ويسلق حتى ينضج.

تفرم بقية البصل ناعماً وتقلى في النصف الباقي من الزيت أو السمنة.

يضاف البصل إلى العدس مع القليل من الملح، ونصف ملعقة صغيرة من البهار الحلو، ونصف ملعقة صغيرة من القرفة، وعود الكرفس المفروم، والبندورة (الطماطم) المفرومة. ترفع القدر عن النار.

ترق أقسام العجين لتصبح أرغفة كبيرة. تقطع هذه الأرغفة بقالب دائري صغير بحجم نصف الريال. تحشى هذه الدوائر الصغيرة بالحشوة ثم تلف على طرف الإصبع بشكل قبعة صغيرة. يرش القليل من الدقيق فوق صينية وتصف فوقه قبعات الشيش برك.

توضع قدر العدس على نار قوية حتى الغليان. تضاف إليها عندئذ قبعات الشيش برك بانتباه ويحرك المزيج بملعقة خشبية على نار متوسطة. يضاف إليه مقدار ملعقتين كبيرتين من السماق. يفترض أن تكون المرقة بقوام الحساء. حين تنضج قبعات الشيش برك، يقدم الطبق ساخناً.

دولما بالزيت

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

كوبان من البصل المفروم
٤ رؤوس من الفلفل المجفف الحريف
ملعقة صغيرة من الملح
ثلاثة أرباع ملعقة صغيرة من البهار
نصف ملعقة صغيرة من القرفة، ملعقة صغيرة من مسحوق الفلفل الأحمر
ملعقتا طعام من معجون الفلفل، ٣ ملاعق طعام من معجون البندورة
(الطماطم)، ثلاثة أرباع الكوب من زيت الزيتون أو الزيت النباتي
عصير ليمونة واحدة
نصف كوب من الماء
ربع كوب من دبس الرمان
ملعقة صغيرة من البنّ المطحون، نصف كوب من الجوز المفروم
نصف كوب من الكشمش الإيراني الحامض المجفف (زرشك).
٢٤ حبة باذنجان سوداء صغيرة منقورة
كوبان من الأرز القصير الحبة

التحضير

يغسل الأرز ثم يصفى جيداً من الماء.
يفرم البصل ويقلى في الزيت الساخن حتى يذبل. يضاف إليه الأرز ويتابع القلي ثم تضاف إليه التوابل، والملح، والماء، وعصير الليمون، ومعجون البندورة (الطماطم)، ومعجون الفلفل، والبنّ، ودبس الرمان. تطفأ النار.
يضاف الجوز المفروم والزرشك الإيراني الحامض إلى المزيج للحصول على حشوة حلوة وحامضة.
يحشى الباذنجان حتى ثلاثة أرباعه بالحشوة. كما تحشى رؤوس الفلفل الحريف بهذه الحشوة. تصف رؤوس الباذنجان والفلفل الحريف المحشوة في قدر وتغمر بالماء.
يضاف إليها القليل من الملح ويطهى المزيج، وهو مغطى، على نار متوسطة حتى ينضج الباذنجان (عند غرز الظفر في الباذنجان، يكون اللب طرياً).
تطفأ النار ويترك المزيج ليبرد في الصلصة ثم توزع رؤوس الباذنجان والفلفل في طبق التقديم.
يمكنك أيضاً إضافة ربع كوب من الشبث الأخضر المفروم إلى طبق الدولما.

فطيرة الدجاج

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

علبة من عجينة الباف
دجاجة واحدة مسلوقة ومنظفة من الجلد والعظام، كوبان من الفطر المعلّب،
ملعقة طعام من الزبدة،
نصف كوب من الكريما الطازجة
ملعقتا طعام من الدقيق
ملعقة صغيرة من البهار الحلو، نصف ملعقة صغيرة من الملح
نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود
كوب من مرقة الدجاج
صفار بيضة واحدة +
ملعقة صغيرة من الحليب لدهن سطح الفطيرة
كوب من الجبنة المتنوعة

التحضير

ترق العجينة فوق سطح مكسو بالدقيق للحصول على مستطيل كبير سماكته نصف سنتيمتر. يقطع هذا المستطيل إلى نصفين لينطبق في صينية مستطيلة حجمها ٣٠×٢٠ سم.
تسخن الزبدة في قدر ويقلى فيها الفطر لبضع دقائق. يضاف إليه لحم الدجاج المفتت ويخلط معه.
في قدر أخرى، تخلط الكريما مع الدقيق، والملح، والبهار الحلو والفلفل. تسخن الكريما حتى تتكثف، ثم تضاف إليها مرقة الدجاج وتطهى معها لمدة دقيقة أو دقيقتين إضافيتين. يضاف من ثم خليط الدجاج والفطر والجبنة.
يوضع أول مستطيل عجين في قعر الصينية ويسكب فوقه مزيج الدجاج القشدي ثم يغطى بالمستطيل الآخر من العجين. تختم حواف الفطيرة جيداً وتزين بشريطين مبرومين من العجينة.
تدهن الفطيرة بمزيج الحليب وصفار البيض، وتفتح فجوة صغيرة في وسطها للسماح بخروج الرطوبة العالقة في داخلها.
يحمى الفرن لغاية ٤٠٠ درجة فهرنهايت وتخبز فيه الفطيرة لمدة ٣٠ دقيقة حتى يصبح سطحها ذهبياً وقعرها ناضجاً أيضاً.
تقدم الفطيرة مع السلطة الخضراء الطازجة.

بسكويت الشوكولا والكاراميل

الكمية تكفي ٨ أشخاص

بيضة واحدة + صفار بيضة + بياض ٣ بيضات في حرارة الغرفة

١٠٠غ من الجوز

كوب من السكر الناعم

ثلث كوب من دقيق الذرة

ملعقة طعام من مسحوق الكاكاو

كوب من الطحين

ثلث كوب من السكر

صفار ٤ بيضات

نصف كوب من كومبوت الكرز

مكوّنات الموس

٢٠٠غ من الشوكولا نصف الحلوة

نصف كوب من الكريما الطازجة السائلة

التحضير

يحمى الفرن لغاية ٣٥٠ درجة فهرنهايت أو ١٨٠ درجة مئوية أو غاز رقم ٦.

تخفق البيضة الكاملة مع صفار البيض ونصف كمية السكر لمدة دقيقة واحدة للحصول على مزيج خفيف ودبق. يضاف الدقيق مع دقيق الذرة تدريجياً ويخلط المزيج جيداً.

يخفق بياض البيض للحصول على مرانغ لامع وجامد. يضاف إليه السكر الناعم تدريجياً. يضاف هذا المرانغ إلى مزيج صفار البيض، وينقل الخفيق إلى قالب جاتوه دائري قطره ٢٦ سم ويخبز في الفرن لمدة ٣٥ دقيقة.

تحضر الموس بفرم الشوكولا. وفي قدر أخرى، يحضر الكاراميل بتسخين السكر حتى يذوب ويصبح ذهبي اللون. تطفأ النار وتضاف إليه ملعقتا طعام من الكريما. يخلط المزيج جيداً.

في وعاء آخر، تخفق بقية الكريما الطازجة حتى تصبح جامدة ويتضاعف حجمها.

يخفق صفار ٤ بيضات، ويضاف الكاراميل المحضر ويطهى في قدر لمدة دقيقتين حتى يلتصق المزيج بمتن الملعقة. يسكب هذا المزيج فوق الشوكولا المفرومة ويخلط معها ويترك جانباً ليفتر.

تضاف الكريما الطازجة المخفوقة ويخلط المزيج جيداً.

تخلط بعض حبات الكرز مع ملعقة طعام من السكر لاستعمالها للزينة.

يقطع قالب البسكويت أفقياً إلى قطعتين وتدهن طبقة البسكويت بالموس المحضر، ثم توزع فوقها حبات الكرز وتغطى بطبقة ثانية من البسكويت.

يزين سطح جاتوه البسكويت بحبات الكرز المسكّر.

ملاحظة: يمكنك استعمال كيس حلويات لسكب الموس فوق الطبقة السفلية من البسكويت.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

قالب المعكرونة بالأجبان الأربع

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

- ٥٠٠غ من المعكرونة الصدفية الشكل
- ٣ ملاعق طعام من الدقيق
- ٣ ملاعق طعام من الزبدة
- كوبان من الحليب
- رشة من جوزة الطيب
- رشة من البهار الأبيض
- كوب من الكريما الطازجة
- ربع كوب من جبنة البارميسان المبشورة
- ربع كوب من جبنة الغرويار المبشورة
- ربع كوب من الجبنة الزرقاء المهروسة
- ربع كوب من جبنة الموزاريلا المبشورة
- نصف كوب من البقدونس المفروم

التحضير

تسلق المعكرونة حتى تنضج جزئياً ثم تصفى وتترك جانباً.
تسخن الزبدة في قدر ويقلى فيها الدقيق للحصول على صلصة الرو.
تضاف الكريما، والحليب، وجوزة الطيب، والبهار الأبيض.
يخلط المزيج ويطهى على النار حتى يغلي ويتكثف.
تضاف الأجبان الأربع وتخلط مع المزيج. تسكب هذه الصلصة مع البقدونس فوق المعكرونة وتخلط معها.
يبطن قعر قالب كيك مستطيل حجمه ١٤×٢١ سم بورق البارشمان، ويسكب فيه هذا المزيج المحضر.
يوضع القالب داخل صينية مليئة بالماء المغلي بطريقة البان ماري، بحيث يصل الماء المغلي إلى منتصف جوانب القالب.
يخبز القالب في فرن حرارته ٣٥٠درجة فهرنهايت لمدة ٣٥ دقيقة أو حتى يجمد محتواه. ثم يرفع قالب المعكرونة من القالب ويوضع في طبق، يزين الطبق ويقدم مع البندورة الكرزية الطازجة.

ملاحظة: يمكن تقديم هذا الطبق مع صلصة البندورة (اختياري).

حساء القمح المقشور باللحم

الكمية تكفي ٦ أشخاص

كوبان من القمح المقشور

كوبان من الحمص المنقوع في الماء

٢٥٠غ من قطع اللحم

ملح وبهار أسود

٨ أكواب من الماء

ملعقتا طعام من معجون البندورة (الطماطم)

٣ رؤوس بندورة

٥ حبات من البهار الأسود

نصف ملعقة طعام من الكمون و٤ حبات مستكة

عود قرفة + قطعة شيبة + ٦ حبات هال

الصلصة

فصان مهروسان من الثوم

نصف كوب من عصير الليمون

التحضير

توضع حبات البهار مع الكمون، وعود القرفة، والشيبة، والهال، والمستكة في قطعة من قماش الشاش وتربط على شكل رزمة. ينقع القمح طوال الليل أو لمدة ٢٤ ساعة في الماء البارد.

يسلق الماء في طنجرة الضغط مع ٨ أكواب من الماء وملعقة طعام من الملح ورزمة البهارات. تزال الزفرة فور ظهورها على السطح بواسطة ملعقة ذات ثقوب، ثم يضاف معجون البندورة.

يضاف الحمص والقمح المصفى إلى اللحم. تغطى القدر ويطهى الحساء لمدة ٤٠ إلى ٤٥ دقيقة أو حتى ينضج اللحم والقمح والحمص يقدم الحساء مع قطع من خبز التوست المحمص والصلصة.

ملاحظة: يصبح وقت الطهو أطول في حال استعمال قدر عادية بدل طنجرة الضغط.

بسكويت القهوة

الكمية تصنع ٣٥ قطعة

١٢٥غ من الزبدة

نصف كوب من السكر الأسمر المضغوط جيداً

بيضة واحدة

ملعقتا طعام من القهوة السريعة الذوبان

ملعقة طعام من الماء الساخن

كوب وربع الكوب من الدقيق المتعدد الاستعمالات

نصف كوب من الدقيق الذاتي الارتفاخ gnisiar fles

flour. كوب من الجوز

للزينة

ملعقة طعام من السكر الناعم

ملعقة صغيرة إضافية من القهوة السريعة الذوبان

٢٥٠غ من الشوكولا السوداء المذوبة والمخلوطة مع ملعقتي طعام من الزيت النباتي.

التحضير

تخفق الزبدة مع السكر الأسمر والبيض في وعاء صغير بواسطة الخلاط الكهربائي للحصول على مزيج ناعم. تضاف القهوة المبرّدة والماء، ومن ثم الدقيق المنخول على دفعتين. يخلط الكل للحصول على عجينة طرية. ترق هذه العجينة قليلاً فوق سطح مكسو بالدقيق ثم ترق بين رقاقتين من ورق الخبز للحصول على عجينة سماكتها ٥ ملم. تقطع هذه العجينة إلى دوائر قطرها ٥ سم. تصف هذه الدوائر في صوان مدهونة بالزيت، على أن تبعد عن بعضها مسافة ٤ سم تقريباً، ويرش فوقها الجوز. تخبز الصواني في فرن معتدل الحرارة لمدة ١٢ دقيقة تقريباً أو حتى تحمرّ قليلاً قطع البسكويت. تترك قطع البسكويت لتبرد فوق مصبّع حديدي. يغمس نصف كل قطعة بسكويت في مزيج الشوكولا والزيت. ثم يرش السكر الناعم المخلوط مع القهوة السريعة الذوبان فوق قطع البسكويت، تترك قطع البسكويت على المصبع الحديدي حتى تجمد الشوكولا.

جاتوه التفاح

الكمية تكفي ٨ إلى ١٢ شخصاً

بيضتان في حرارة الغرفة، ثلاثة أرباع الكوب من السكر

نصف كوب من الزبدة

ثلث كوب من اللبن في حرارة الغرفة

١.٥ كوب من الدقيق، ملعقتان صغيرتان من الباكينغ باودر

رشة ملح، سكر ناعم للزينة

٣ تفاحات صفراء مقشرة ومفرومة خشناً

نصف ملعقة صغيرة من القرفة

التحضير

يحمى الفرن لغاية ٣٥٠ درجة فهرنهايت. يدهن قالب جاتوه قطره ٢٨ إلى ٣٠ سم بالزيت ويرش فوقه الدقيق. تخفق الزبدة مع السكر لتصبح قشدية. يضاف إليها البيض واللبن، ومن ثم الدقيق، والباكينغ باودر والملح. تسكب نصف كمية هذا الخفيق في قالب الجاتوه. يوزع فوقه التفاح المفروم. تسكب بقية الخفيق فوق التفاح، علماً أن هذا الخفيق لن يغطي التفاح تماماً، لكنه سيفعل ذلك بعد الخبز. ترش القرفة فوق الجاتوه ويخبز في الفرن لمدة ٣٥ دقيقة تقريباً حتى يصبح سطحه ذهبي اللون وينضج من الداخل. يخرج الجاتوه من الفرن وينقل إلى طبق التقديم فيما لا يزال فاتراً. يرش عليه السكر الناعم. يقدم هذا الجاتوه مع البوظة أو الكريما الطازجة.

ملاحظة: يمكن تقديم جاتوه التفاح فاتراً، ويمكن استعمال الإجاص بدل التفاح.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

كبسة بثمار البحر

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

كيلوغرام من شرائح سمك الفيلية (الهامور أو اللُقز) المقطعة إلى قطع صغيرة

٤ حبات من الكالاماري المتوسطة الحجم

نصف كوب من عصير بو صفير

ملعقتا طعام من معجون البندورة

٥ فصوص ثوم مهروسة

٥ بصلات مقطعة إلى شرائح رقيقة

٣ أكواب من الأرز البسماتي المغسول والمصفى

نصف ملعقة صغيرة من الهال

ملح وبهار أسود

نصف ملعقة صغيرة من الكمون

ثلاثة أرباع الكوب من السمنة أو الزبدة

ربع كوب من الزيت النباتي

رأسان من الفليفلة الحمراء الحريفة المقطعان إلى مكعبات صغيرة.

التحضير

تحزز شقوق مائلة على جهة واحدة من الكالاماري من دون أن تصل هذه الشقوق إلى الكعب. تسلق الكالاماري في الماء مع بصلة واحدة وورقة غار، و٢ إلى ٣ حبات من الهال و٥ حبات من البهار حتى تنضج. ترفع الكالاماري من الماء وتوضع جانباً.

يقلى البصل والثوم في الزيت والسمنة. تضاف مكعبات الفليفلة، وعصير بو صفير، ومعجون البندورة، والملح، والتوابل.

يطهى الكل معاً لمدة ٧ إلى ٨ دقائق. تضاف شرائح السمك إلى هذا المزيج وتطهى جزئياً، ثم ترفع من القدر وتوضع جانباً.

يضاف المزيد من الماء إلى القدر للحصول على ٦ أكواب من المرقة. يضاف الأرز البسماتي إلى القدر ويسلق جزئياً. تضاف من ثم شرائح السمك المطهوة جزئياً والكالاماري وتغطى القدر ويطهى الكل على نار هادئة حتى يمتص الأرز كل الماء.

تطفأ النار وتترك القدر لترتاح. ترفع شرائح السمك والكالاماري من القدر. يسكب الأرز في طبق التقديم وتوزع فوقه شرائح السمك والكالاماري. يزين الطبق بقطع إضافية من الفليفلة الحمراء المفرومة ويقدم ساخناً.

يجب عدم الإفراط بسلق الكالاماري كي لا يصبح قاسياً.

ملاحظة: تتوافر توابل "بيرياني السمك" في السوبرماركت.

حساء الفاصوليا البيضاء

الكمية تكفي ٦ أشخاص

ملعقة طعام من زيت الزيتون

رأسان صغيران من الكراث مقطعان إلى شرائح

فصان مهروسان من الثوم

عودا كرفس مفرومان

٦ إلى ٧ أكواب من مرقة الدجاج

ملعقة طعام من الخل الأبيض

٤ أكواب من الفاصوليا البيضاء المسلوقة أو المعلبة المصفاة والمشطوفة والمسلوقة

ملعقتان صغيرتان من أوراق الصعتر الطازجة

ملعقة طعام من معجون البندورة (الطماطم).

التحضير

يسخن الزيت في قدر كبيرة ويقلى فيه الكراث والثوم، مع التحريك، لمدة ١٠ دقائق تقريباً أو حتى ينضج الكراث. يضاف الكرفس ويطهى المزيج، مع التحريك، لمدة دقيقتين.

تضاف المرقة والخل و٣ أكواب من الفاصوليا البيضاء. يغلى الحساء على نار خفيفة، من دون غطاء، لمدة ١٠ دقائق. يهرس حساء الفاصوليا ليصبح ناعماً ثم يخلط مع الكوبين الباقيين من الفاصوليا وأوراق النعناع الطازجة. يسخن الحساء مجدداً على النار. مباشرة قبل التقديم، يسكب الحساء في أطباق ويزين بمكعبات الخبز المحمصة.

شرائح السمك مع الصلصة الحمراء والحبق

الكمية تكفي ٦ أشخاص

٦ قطع من شرائح السمك الأبيض

دقيق وزيت زيتون وملح وبهار أبيض.

الصلصة

٢ إلى ٣ ملاعق طعام من معجون البندورة (الطماطم)

٤ إلى ٥ رؤوس بندورة مقشرة ومفرومة

ملعقة صغيرة من السكر، نصف ملعقة صغيرة من الملح

ملعقتا طعام من زيت الزيتون، بصلة متوسطة مفرومة، ٣ فصوص ثوم مهروسة، باقة حبق مفرومة

نصف كوب من الزيتون الأسود الخالي من النوى.

التحضير

تخلط ٤ إلى ٥ ملاعق طعام من الدقيق مع الملح والبهار الأبيض. تغمس شرائح السمك في الدقيق ثم تقلى في زيت الزيتون الساخن لتصبح ذهبية. توضع شرائح السمك جانباً.

في قدر أخرى، يسخن زيت الزيتون ويقلى فيه البصل والثوم. تضاف البندورة المفرومة ومعجون البندورة والسكر والملح. تطهى الصلصة لتتكثف قليلاً. تطفأ النار ويضاف الحبق والزيتون الأسود. توضع شرائح السمك في طبق التقديم وتسكب فوقها الصلصة.

لحوح بالسكر والقشدة

الكمية تكف ي ٦ إلى ٨ أشخاص

كوب من الدقيق
١،٥كوب من الحليب، ٣ بيضات

ملعقة طعام من الزيت النباتي، رشة ملح.

الحشوة
نصف كيلوغرام من القشطة البلدية الجاهزة أو كوب من الكريما المخفوقة

ربع كوب من اللوز المقطع إلى شرائح والمقلي

موزتان مقطعتان إلى شرائح

عسل لتقديمه مع اللحوح.

التحضير

يخلط الدقيق مع الحليب، والبيض، والزيت، والملح في خلاط الجاتوه أو بواسطة الشريط المعدني للحصول على مزيج ناعم. يحفظ الخليط في الثلاجة لمدة ساعة. يكون المزيج كثيفاً عند إخراجه من الثلاجة لذا يمكن إضافة ربع كوب من الماء إليه.
تسخن مقلاة غير لاصقة قطرها ١٢ إلى ١٤ سم ثم تدهن بالقليل من الزيت بواسطة محرمة ورقية. يسكب مقدار ملعقة طعام من المزيج الرخو في المقلاة وترج المقلاة بحيث يغطي المزيج كل قعرها.
تقلى قطعة اللحوح على الوجهين لتصبح وردية اللون. تكرر العملية نفسها حتى تحضير كل قطع اللحوح (الكريب).
تطوى كل قطعة لحوح على شكل مخروطي (قمع) وتلصق على بعضها جيداً.
تحشى كل قطعة كريب بالقشدة أو يستعمل كيس الحلويات لسكب الكريما المخفوقة في كل قطعة كريب. توضع بضعة شرائح من الموز في كل قطع كريب وتزين باللوز المقلي ثم تقدم مع القطر أو العسل.

كرات الحليب (لبنية)

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

نصف كيلوغرام من الحليب البودرة غير السريع الذوبان

نصف كيلوغرام من السكر

القليل من الماء لتذويب السكر

نصف ملعقة طعام من الهال المطحون

ربع كوب من ماء الورد، ملعقة طعام من الزيت النباتي.

التحضير

تدهن صينية بالقليل من الزيت النباتي.
ينخل مسحوق الهال مع الحليب البودرة. يوضع السكر مع الماء في قدر على النار حتى يبدأ السكر بالغليان ولكن من دون أن يغلي فعلياً. يحتفظ بقسم من هذا السكر جانباً.
يضاف الحليب دفعة واحدة إلى السكر ويخلط معه للحصول على مزيج شبيه بالعجينة. يضاف ماء الورد. إذا كانت العجينة سميكة، يضاف إليها القليل من الماء المذوب مع السكر الموضوع جانباً حتى الحصول على عجينة متماسكة يمكن سكبها في الصينية. تسكب العجينة في الصينية بحيث تكون سماكتها ١،٥ سم تقريباً وتترك لمدة ساعتين حتى تبرد. يقطع بعدها محتوى الصينية إلى مكعبات حسب الذوق.
يمكن تحويل المزيج إلى أقراص بدل بسطه في الصينية بحيث تدهن اليد بالزيت وتقرص العجينة إلى أقراص لتزين بعدها بالفستق الحلبي المفروم وزهر الليمون.

جاتوه جوز الهند بالفاكهة

الكمية تكفي ٨ أشخاص

بياض ٥ بيضات في حرارة الغرفة وربع كوب من السكر

صفار ٥ بيضات في حرارة الغرفة ونصف كوب من السكر

فانيلا، ثلاثة أرباع الكوب من الدقيق

٣ أكواب من الكريما الطازجة المخفوقة

كوب من السكر الناعم، جوز الهند لتغليف الجاتوه

أنواع مختلفة من الفاكهة الملونة الاستوائية

ربع كوب من مربى المشمش الخالي من القطع

١ إلى ٢ ملعقة طعام من الماء تضاف إلى مربى المشمش لجعله أرق قواماً.

التحضير

يخفق بياض البيض ليصبح كثير الرغوة. يضاف إليه السكر تدريجياً ويتابع الخفق للحصول على مرانغ جامد ولامع. يخفق صفار البيض مع السكر ليصبح شاحب اللون. يضاف الدقيق ويتابع الخفق للحصول على مزيج ناعم. يوقف الخلاط ويضاف مرانغ البيض والفانيلا إلى مزيج الصفار. يحرك الكل بواسطة ملوق للحصول على خفيق ناعم.
يبطن قالب جاتوه قطره ٢٤ سم بورق البارشمان ويسكب فيه خفيق الجاتوه ويخبز لمدة ٢٠ دقيقة تقريباً في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى ينضج من الداخل ويصبح سطحه وردي اللون. يخرج الجاتوه من الفرن ويقلب ويترك ليبرد ثم يقطع إلى ٣ شرائح أفقية. تخفق الكريما الطازجة مع السكر لتصبح جامدة. تدهن أول طبقة جاتوه بهذه الكريما وتوضع عليها ثلث كمية الفاكهة المتنوعة. تكرر العملية نفسها مع الطبقتين الثانية والثالثة. يدهن سطح الجاتوه وحوافه بالكريما الطازجة ثم تُغلف حوافه بجوز الهند. يزين الجاتوه بالمزيد من الفاكهة الملونة ويدهن بمربى المشمش ويحفظ في الثلاجة لمدة ساعتين قبل التقديم.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

يخنة كبة بالباذنجان

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

نصف كيلوغرام من الباذنجان الأسود الكبير المقشر والمقطع إلى مكعبات

نصف كيلوغرام من مكعبات اللحم

بصلة متوسطة مفرومة

٣ إلى ٤ رؤوس بندورة (طماطم) مقشرة ومفرومة

٤ إلى ٥ ملاعق طعام من الزيت، ملح

نصف ملعقة صغيرة من البهار الأسود

نصف ملعقة صغيرة من البهار الحلو

ربع ملعقة صغيرة من القرفة

٣ إلى ٤ ملاعق طعام من دبس الرمان

١٢ قرص كبة بيضوية الشكل محشوة باللحم (محضرة مسبقاً)

كوب من الحمص المسلوق

ملعقة طعام من الزيت أو الزبدة

فصان مهروسان من الثوم

ملعقتا طعام من النعناع اليابس.

التحضير

يسخن الزيت في قدر. يضاف إليه البصل ويقلى معه حتى يذبل. يضاف اللحم مع الملح والتوابل ويقلى الكل لمدة ٥ إلى ٧ دقائق. تضاف كمية كافية من الماء الساخن لغمر اللحم. يطهى المزيج على النار حتى ينضج اللحم. تضاف مكعبات الباذنجان والمزيد من الماء الساخن مع دبس الرمان والحمص. يطهى الكل في قدر مغطاة على نار خفيفة أو متوسطة حتى ينضج الباذنجان تقريباً. تضاف حينها أقراص الكبة المحضرة قبلاً ويتابع الطهو حتى تنضج الكبة مع الباذنجان تماماً. تذوب الزبدة على النار ويقلى فيها الثوم المهروس مع ملعقتي طعام من النعناع. يسكب هذا المزيج فوق اليخنة ويقدم الطبق ساخناً.

فتة البامية

الكمية تكفي ٤ إلى ٦ أشخاص

- رغيف من الخبز الأسمر محمص، نصف كيلوغرام من قطع اللحم
- ٤ بصلات متوسطة مفرومة
- ٤ رؤوس بندورة (طماطم) متوسطة مقشرة ومفرومة
- ملعقتا طعام من معجون البندورة، ١٠ فصوص ثوم
- ٤ ملاعق طعام من الزيت النباتي (دوار الشمس)
- ملعقتان صغيرتان من الكمون المطحون
- ملعقة صغيرة من البهار الأسود
- نصف ملعقة صغيرة من حامض الليمون
- نصف كيلوغرام من البامية
- ٤ أكواب من الماء، ملعقة طعام من الثوم المهروس والمقلي في ملعقتي طعام من الزيت.

التحضير

يوضع الزيت في قدر ويقلى فيه اللحم مع البصل حتى يتغير لون اللحم. تضاف البندورة، ومعجون البندورة، والتوابل والملح. يطهى الكل على النار لمدة ٥ دقائق. تضاف كمية كافية من الماء الساخن ويتابع الطهو حتى ينضج اللحم. تضاف البامية ويتابع الطهو على نار خفيفة حتى تنضج البامية.

يقطع الخبز إلى قطع صغيرة. تخلط هذه القطع مع محتوى القدر ويسكب فوقها الثوم المقلي.

يقدم الطبق ساخناً.

المطازيز (نجوم الرياض)

الكمية تكفي ١٠ إلى ١٢ شخصاً

- كوبان من الدقيق الأسمر
- كيلوغرام من اللحم مع عظامه
- ٢٥٠غ من القرع الأصفر
- ٢٥٠غ من القرع الأخضر أو الكوسا
- ٢٥٠غ من الفاصوليا الخضراء
- ٥ بصلات بيضاء متوسطة الحجم
- ٦ملاعق طعام من الزيت النباتي أو السمنة
- ملعقة صغيرة من الملح
- ملعقة صغيرة من البهار الأسود
- ملعقة صغيرة من الكمون
- ٢ إلى ٣ عيدان من القرفة
- ١٠حبات هال
- كيلوغرام من البندورة المقشرة والمفرومة خشناً
- رأسان من الفليفلة الخضراء الحريفة
- ملعقة طعام من الزبدة
- ملعقة الى ملعقتي طعام من معجون البندورة.

التحضير

يوضع الدقيق في وعاء مع رشة من الملح وكمية كافية من الماء للحصول على عجينة متوسطة الليونة. تغطى العجينة وتترك لترتاح ساعة كاملة. يفرم البصل ويقلى في الزيت حتى يذبل قليلاً. تضاف حينها قطع اللحم ويتابع القلي. تضاف البندورة المقشرة والمفرومة خشناً ويتابع الطهو لمدة ١٠ دقائق إضافية. يضاف من ثم معجون البندورة. تضاف ١٠ أكواب من الماء المغلي إلى محتوى القدر قبل تغطيتها وتركها على النار حتى ينضج اللحم. يضاف الملح.

يضاف القرع والكوسا والفاصوليا الخضراء ويتابع الطهو. ترش التوابل مع الفليفلة الخضراء الحريفة والمزيد من الماء الساخن للحصول على طبق كثير العصارة.

تقطع العجينة إلى دوائر صغيرة. تسطح هذه الدوائر بواسطة اليدين ثم تضاف إلى محتوى القدر. يطهى الكل معاً حتى تنضج العجينة.

ملاحظة: يمكن استعمال أرغفة الخبز العربي المتقطعة والمحمصة بدل العجين حسب الرغبة.

فتة الرقاق بالدجاج

الكمية تكفي ٤ إلى ٦ أشخاص

٣ أكواب من الدقيق، بيضة واحدة

ملح، ملعقة طعام من السمنة أو الزبدة

دجاجة مسلوقة، ٤ أكواب من مرقة الدجاج.

التحضير

يخلط الدقيق مع البيض والملح والزبدة وكمية كافية من الماء للحصول على عجينة متوسطة الليونة. توضع هذه العجينة في وعاء وتغطى وتترك لترتاح في الثلاجة مدة ٣٠ دقيقة. تقسم العجينة إلى ٣ كرات متساوية. ترق كل كرة عجين بالشوبك للحصول على دائرة سماكتها ربع سنتيمتر تقريباً. تلف هذه الدائرة مثل السيجار ثم تقطع إلى شرائح رقيقة مثل معكرونة التاغلياتيلي. توضع هذه الشرائح في صينية وتخبز في الفرن حتى تجف وتتحمص. تسكب شرائح العجين في طبق التقديم (ومن الأفضل أن يكون مقاوماً للحرارة) ثم تسكب فوقها مرقة الدجاج.

يقطع الدجاج إلى قطع صغيرة وتوزع هذه القطع فوق العجين المبلل بالمرقة. يدخل الطبق إلى الفرن حتى تسخن الفتة وتمتص كل مرقة الدجاج.

مثلثات السمبوسك

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

مكونات العجينة

كوبان ونصف الكوب من الدقيق

ملعقة طعام من السمنة أو الزيت النباتي

ماء فاتر لدعك العجينة

نصف ملعقة صغيرة من الملح.

الحشوة

نصف كيلوغرام من اللحم المفروم

ملعقتا طعام من السمنة أو الزيت

ربع باقة من البقدونس الطازج المفروم

بيضتان مسلوقتان ومفرومتان

ربع ملعقة صغيرة من البهار الأسود

ربع ملعقة صغيرة من الكمون

ربع ملعقة صغيرة من الملح

بصلة متوسطة مفرومة.

التحضير

يخلط الدقيق مع الزيت والملح والماء الفاتر للحصول على عجينة متوسطة الليونة.

تقسم العجينة إلى ٣ كرات وتغطى بفوطة رطبة وتترك لترتاح مدة ساعة كاملة.

لتحضير الحشوة، يوضع الزيت على النار ويضاف إليه اللحم والملح والبصل. يطهى المزيج على النار حتى امتصاص كل الماء. تطفأ النار ويضاف البهار الأسود، والكمون، والبقدونس، والبيض المفروم. يترك المزيج ليبرد.

تحضر رقاقات دائرية من العجين بمساعدة الدقيق. تقطع كل دائرة عجين إلى أشرطة طولها ٢٠ سم وعرضها ٨ سم. تحشى كل قطعة عجين بمقدار ملعقة طعام من الحشوة. يطوى بعدها شريط العجين فوق الحشوة على شكل مثلث.

يسخن الزيت في مقلاة عميقة وتقلى فيه المثلثات المحشوة حتى تشقّر.

كبة الأرز بالجبنة واللحم

الكمية تصنع ١٧ إلى ١٨ قطعة كبة

كوب ونصف الكوب من الأرز

١٥٠غ من اللحم المفروم، بيضتان

بصلة مفرومة، ملعقة طعام من الزبدة

١٠٠غ من الجبنة المتنوعة المبشورة

ملح وبهار أسود وبهار حلو، زيت للقلي

لتغليف الكبة

كوب من الدقيق، بياض بيضتين مخفوق قليلاً، كوب من الكعك المطحون.

التحضير

يسلق الأرز مع ٣ أكواب من الماء والقليل من الملح حتى يمتص كل الماء. يترك الأرز ليرتاح ثم يرفع عنه الغطاء ويترك ليبرد تماماً.

تسخن الزبدة في قدر أخرى ويقلى فيها البصل حتى يذبل. يضاف اللحم والملح ويتابع القلي حتى ينضج اللحم وتجف العصارة. يضاف البهار الأسود ونصف ملعقة صغيرة من البهار الحلو. يترك المزيج ليبرد.

ينقل الأرز البارد إلى وعاء ويضاف إليه البيض والجبنة المبشورة. يدعك المزيج جيداً ثم يقرص إلى أقراص صغيرة. تحشى هذه الأقراص بحشوة اللحم المحضرة ثم تغلق للحصول على شكل أسطوانات.

تغلف هذه الأسطوانات بالدقيق أولاً، ومن ثم ببياض البيض وبعدها بالكعك المطحون.

يسخن مقدار وفير من الزيت النباتي في مقلاة عميقة وتقلى فيه قطع كبة الأرز بمعدل قرصين كل مرة. ترفع الأقراص الذهبية من المقلاة بواسطة ملعقة ذات ثقوب وتصفى على محارم المطبخ الورقية.

شيش برك باللبن

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

العجينة

٣ أكواب من الدقيق

ملعقة صغيرة من الملح

٢ إلى ٣ ملاعق طعام من الزيت النباتي

كمية كافية من الماء لدعك العجينة.

الحشوة

٣٠٠غ من اللحم المفروم وسطاً

بصلة متوسطة مفرومة ناعماً

ثلاثة أرباع ملعقة صغيرة من الملح

ربع ملعقة صغيرة من البهار الحلو

نصف ملعقة صغيرة من البهار الأسود

ربع ملعقة صغيرة من القرفة

نصف ملعقة صغيرة من البهار الأحمر

تخلط مكونات الحشوة مع بعضها وتحفظ في الثلاجة حتى موعد الاستعمال.

الصلصة

كيلوغرام من اللبن الزبادي أو لبن الماعز

٣ ملاعق طعام من دقيق الذرة مذوبة في كوب من المرقة

٣ إلى ٤ فصوص ثوم مهروسة

ملعقتا طعام من الزبدة أو ٤ إلى ٥ ملاعق طعام من الزيت النباتي

باقة من الكزبرة الطازجة المفرومة

كمية كافية من مرقة اللحم أو مرقة الدجاج لخلطها مع اللبن.

التحضير

يخلط الدقيق مع الملح والزيت وكمية كافية من الماء للحصول على عجينة متوسطة الليونة. تقسم العجينة إلى ٣ كرات وتغطى وتترك جانباً لترتاح ساعة كاملة.

يرش القليل من الدقيق على سطح الطاولة وترق كل كرة عجين إلى دائرة كبيرة. تقطع الدائرة إلى دوائر صغيرة قطرها ٥ سم باستعمال فنجان قهوة أو قطاعة البسكويت. تحشى كل دائرة بنصف ملعقة صغيرة من الحشوة ثم تطوى على شكل هلال وتلف على بعضها للحصول على قبعة صغيرة. تدهن صينية بالزيت وتصف فيها قطع الشيش برك المحضرة وتخبز في الفرن حتى تصبح وردية اللون. تخرج قطع الشيش برك من الفرن وتترك جانباً. تحضر الصلصة بخلط اللبن مع مرقة اللحم أو الدجاج. يذوب دقيق الذرة في القليل من مرقة اللحم أو الدجاج. وحين تبدأ الصلصة بالغليان، يضاف إليها مزيج دقيق الذرة. تحرك الصلصة بملعقة خشبية أو شريط معدني حتى يتكثف مزيج اللبن قليلاً ويبدأ بالغليان. توضع قطع الشيش برك المخبوزة في الصلصة.

يسخن الزيت النباتي أو الزبدة ويقلى فيه الثوم المهروس. تضاف إليه الكزبرة الطازجة المفرومة. يسكب هذا المزيج فوق الحساء ويقدم الطبق ساخناً مع الأرز المفلفل.

ملاحظة: يمكن إضافة أقراص الكبة المحشوة والمخبوزة الى الشيش برك بحسب الذوق.

تورتة الفاكهة المشكلة

الكمية تكفي ٦ أشخاص

العجينة

كوبان من الدقيق المتعدد الاستعمالات

كوب من الزبدة، نصف كوب من السكر الناعم

فانيلا، صفار بيضة.

الحشوة (كريم موصلين)

كوب من الحليب، ٣ إلى ٤ ملاعق طعام من السكر

ملعقتا طعام من دقيق الذرة

صفار ثلاث بيضات

كوب من الكريما الطازجة المخفوقة

فاكهة متنوعة حسب الذوق

نصف كوب من مربى المشمش الخالي من القطع

١ إلى ٢ ملاعق طعام من الماء تضاف الى مربى المشمش لجعله أرق قواماً.

تحضير الكريما

يسخن الحليب في قدر على النار ثم يترك جانباً.
يخلط السكر مع دقيق الذرة وصفار الثلاث بيضات والقليل من الحليب. يعاد هذا الخليط إلى الحليب الموجود في القدر ويطهى مجدداً على النار للحصول على كاسترد سميك.
تضاف الفانيلا ويترك الكاسترد ليبرد تماماً. تضاف الكريما الطازجة المخفوقة ويسكب هذا الخليط فوق التورتة لاحقاً.

تحضير العجينة

يخلط الدقيق مع السكر الناعم، والزبدة، والفانيلا، وصفار البيضة في خلاط الطعام للحصول على عجينة متماسكة. توضع العجينة في كيس نايلون وتحفظ في الثلاجة لمدة ٢ إلى ٣ ساعات.
يرش القليل من الدقيق على ورقة نايلون كبيرة وتوضع العجينة عليها ثم تغطى بورقة نايلون أخرى وترق بواسطة الشوبك للحصول على عجينة تورتة قطرها ٢٤ إلى ٢٦ سم. تنقل العجينة إلى قالب تورتة له قعر قابل للفك أو إلى طبق زجاجي مقاوم للحرارة وتوخز بالشوكة في قعرها ثم تحفظ في قسم التجليد من الثلاجة لمدة ساعتين.
يحمى الفرن لغاية ٣٥٠ درجة فهرنهايت وتخبز فيه عجينة التورتة حتى تصبح وردية اللون، ثم تخرج من الفرن وتحفظ جانباً لتبرد.
تسكب الكريما فوق التورتة المخبوزة وتزين بالفاكهة الملونة ثم تدهن بمربى المشمش وتحفظ في الثلاجة حتى موعد التقديم.

ملاحظة: يمكن تغطية سطح التورتة غير المخبوزة بورق بارشمان ووضع ٢ إلى ٣ أكواب من الفول أو الحمص عليها وخبزها في الفرن لمدة ١٠ دقائق، ومن ثم إزالة الفول وورقة البارشمان ومتابعة الخبز حتى تصبح التورتة ذهبية اللون.

تورتة الشوكولا بعجينة الفستق

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

العجينة

١،٥ كوب من الدقيق المتعدد الاستعمالات

نصف كوب من مسحوق الكاكاو

كوب من الزبدة، فانيلا، صفار بيضة.

الحشوة

٢٠٠غ من الفستق الحلبي المطحون ناعماً جداً

٢٠٠غ من السكر الناعم، ملعقة صغيرة من ماء الورد

ملعقة صغيرة من ماء الزهر، قطر سكر حسب الحاجة

فستق حلبي وقشطة شرقية وزهر الليمون للزينة

صلصة شوكولا (١٠٠ غ من الشوكولا المذوبة + ٣ ملاعق طعام من الزيت النباتي).

التحضير

يخلط الدقيق مع مسحوق الكاكاو، والزبدة، والفانيلا، وصفار البيضة للحصول على عجينة متماسكة في وعاء الخلاط.

تغطى العجينة وتحفظ في الثلاجة لمدة ٣٠ دقيقة أو توضع في كيس نايلون.

توضع بعدها العجينة على ورقة نايلون وتغطى بورقة نايلون أخرى وترق بالشوبك للحصول على دائرة قطرها ٢٦ إلى ٢٧ سم. تنقل هذه العجينة إلى قالب تورتة قطره ٢٤ سم وتوخز بالشوكة ثم تعاد إلى قسم التجليد من الثلاجة وتحفظ لمدة ساعة كاملة.

تخرج التورتة من الثلاجة وتخبز في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى تنضج التورتة وتصبح هشة.

يهرس الفستق الحلبي مع السكر الناعم للحصول على خليط ناعم جداً.

يضاف إليه قطر السكر تدريجياً للحصول على معجون دبق من الفستق.

يضاف من ثم ماء الورد وماء الزهر.

يسكب هذا المعجون فوق التورتة المخبوزة ويزين بالقشطة والفستق المطحون وزهر الليمون وصلصة الشوكولا.

شعيبيات بالقشدة

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص

علبة من عجينة الفايلو الجاهزة والمجلّدة

كيلوغرام من القشدة الشرقية الجاهزة

كوبان من السمنة أو الزبدة المذوبة

نصف كوب من الزيت النباتي، قطر سكر لتقديمه مع الشعيبيات

زهر الليمون وفستق حلبي للزينة. قطر السكر (الشيرة)

٣ أكواب من السكر، كوبان من الماء

ربع ملعقة صغيرة من حامض الليمون أو ملعقة طعام من عصير الليمون، ماء ورد وماء زهر.

تحضير القطر

يسخن السكر مع الماء في قدر على النار حتى الغليان ويصبح القطر دبقاً وكثيفاً قليلاً. تطفأ النار ويضاف ماء الورد وماء الزهر.

التحضير

تذوب عجينة الفايلو المجلّدة وتغطى بفوطة مطبخ أثناء الاستعمال لتفادي جفاف الرقاقات.

تذوب السمنة أو الزبدة في قدر وتخلط مع الزيت النباتي. يحضر قطر السكر (الشيرة) ويحتفظ به جانباً حتى يبرد. تؤخذ رقاقة فايلو وتدهن بمزيج الزيت والزبدة ثم توضع فوقها رقاقة أخرى من العجين. تكدس ٤ إلى ٥ رقاقات فوق بعضها على هذا النحو. تقطع الرقاقات المكدسة إلى مربعات من ٢٠ سم ثم تطوى إلى مثلثات. تصف المثلثات في صينية مدهونة بالكثير من الزيت وتخبز في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى ترتفخ.

يسكب المزيد من الزيت فوق الشعيبيات ويتابع خبزها حتى ترتفخ وتصبح هشة وذهبية اللون. تكرر العملية نفسها حتى الانتهاء من كل عجينة الفايلو تخرج الشعيبيات من الفرن وتصفى من الزيت الفائض وتترك جانباً لتبرد.

يفتح شق وسط كل واحدة من الشعيبيات بواسطة رأس سكين حادة (تماماً مثل السندويش) ويحشى هذا الشق بالقشطة. تزين الشعيبيات بالفستق المطحون وزهر الليمون وتقدم مع القطر البارد.

تطلي بالجيلو

الكمية تكفي ٢ إلى ٣ أشخاص

الكاسترد

ملعقة طعام من الكاسترد

كوبان من الحليب

ملعقتا طعام من السكر.

الطبقة العلوية

علبة جيلو بنكهة الفراولة، نصف كوب من الماء الساخن،

ربع كوب من الماء البارد.

التحضير

تخلط ملعقة طعام من الكاسترد مع ربع كوب من الحليب. يضاف السكر إلى بقية الحليب ويغلى معه على النار. يسكب الحليب المغلي فوق بودرة الكاسترد ويحرك جيداً، ثم يعاد المزيج إلى النار ويطهى لمدة دقيقة أو دقيقتين إضافيتين.

ترفع القدر عن النار ويسكب الكاسترد في أكواب صغيرة بحيث يملأ ثلاثة أرباعها تقريباً. يترك الكاسترد جانباً ليبرد ويجمد تماماً. يذوب الجيلو بنكهة الفراولة في الماء الساخن، ثم يضاف إليه الماء البارد ويخلط معه.

يسكب هذا الجيلو بعناية فوق الكاسترد بحيث لا يختلط معه أبداً. تترك الأكواب لتجمد في الثلاجة.

ملاحظة: يمكن إضافة شرائح الموز إلى الجيلو حسب الذوق.

فطيرة التفاح

الكمية تكفي ٤ إلى ٦ أشخاص

١،٥كوب من الدقيق

نصف كوب من الزبدة في حرارة الغرفة

نصف كوب من السكر الناعم

نصف ملعقة صغيرة من الباكينغ باودر

بيضة واحدة، صفار بيضة لدهن سطح الفطيرة.

الحشوة

٤ تفاحات صفراء مقشرة ومفرومة

نصف كوب من السكر، ربع كوب من الجوز

ربع كوب من الزبيب، زبدة

ملعقة صغيرة من القرفة، رشة فانيلا

رشة من جوزة الطيب، سكر ناعم لرشه فوقه التورتة

كريما طازجة لتقديمه مع التورتة.

التحضير

لتحضير الحشوة، يقشر التفاح ويفرم خشناً. تسخن الزبدة ويقلى فيها التفاح. يضاف السكر والتوابل ويطهى المزيج حتى يتبخر ماء التفاح.

تضاف القرفة والفانيلا وجوزة الطيب والجوز والزبيب. تخلط الحشوة جيداً وتترك لتبرد.

يخلط من ثم الدقيق مع الزبدة والسكر والبيض في خلاط الطعام للحصول على عجينة طرية. تقسم العجينة إلى كرتين. يرش القليل من الدقيق على قطعة نايلون وترق عليه العجينة للحصول على دائرة قطرها ٢٠ إلى ٢٢ سم. تنقل العجينة إلى قالب تورتة وتوزع فوقها حشوة التفاح ثم تغطى بطبقة أخرى من العجين.

يدهن سطح التورتة بصفار البيض قبل خبزها في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى يشقرّ سطحها وكعبها.

تخرج التورتة من الفرن وتترك لترتاح ثم تزين بالسكر الناعم وتقدم فاترة أو باردة مع الكريما الطازجة أو البوظة.

ملاحظة: للحصول على الشكل الزخرفي للتورتة، تقطع أشرطة ورقية عرضها ٢ سم وتوضع فوق التورتة على نحو متشابك. يرش عليها السكر الناعم ثم تنزع الأشرطة الورقية للحصول على تصميم جميل.

كنافة باللوز

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص

كيلوغرام من شعر الكنافة

ثلاثة أرباع الكوب إلى كوب كامل من الزيت النباتي أو الزبدة المذوبة أو السمنة

كوبان ونصف الكوب من اللوز الحجازي

ملعقة طعام من الهال المطحون

كوبان من القطر.

التحضير

يفتت شعر الكنافة بواسطة الأصابع إلى قطع صغيرة باستعمال ربع إلى نصف كوب من الزيت. تدهن صينية متوسطة الحجم بالزيت وتوضع فيها نصف كمية شعر الكنافة. يضغط على شعر الكنافة باليدين.

يسلق اللوز ويقشر ويقلى حتى يصبح ذهبياً. يطحن اللوز ويخلط مع مسحوق الهال ثم يوزع فوق الكنافة في الصينية. تسكب فوقه الكمية الباقية من شعر الكنافة ويمهد سطحها باليدين. تسكب بقية الزيت فوق الصينية وتخبز الصينية في فرن حرارته ٣٥٠درجة فهرنهايت حتى يشقرّ سطحها وكعبها.

تخرج الصينية من الفرن ويسكب فوقها القطر البارد. تترك الصينية جانباً لتمتص القطر البارد ثم تزين بالفستق المطحون وتقدم فاترة أو باردة.

ملاحظة: يمكن اعتماد الطريقة نفسها وإنما باستعمال قوالب المافن أو الدوائر المعدنية الصغيرة للحصول على قطع فردية.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

فتة العدس

الكمية تكفي ٤ إلى ٦ أشخاص

- كوب ونصف الكوب من العدس الأحمر المجروش
- كيلوغرام من عظام الغنم
- رغيف من الخبز الأسمر مقطع إلى مكعبات ومقلي
- بصلة واحدة وبصلة مقطعة إلى شرائح ومقلية
- ١٠ فصوص ثوم، رأس بندورة
- ملعقتا طعام من الزيت النباتي
- ملح وبهار أسود
- ملعقة طعام من بذور الكمون

التحضير

تسلق العظام للحصول على مرقة توازي ٤ أكواب. يمكن استعمال مرقة الدجاج بدل ذلك.
يضاف العدس إلى المرقة وحين يبدأ بالغليان، ترفع الزفرة عن السطح.
يضاف البصل مع نصف كمية الثوم والبندورة ويطهى الكل معاً حتى ينضج العدس. يرش الملح والبهار الأسود والكمون. يقطع الخبز إلى قطع ويقلى في الزيت. تصف قطع الخبز المقلية في قعر طبق الفتة وعلى جوانبه ثم يزين طبق الفتة بالبصل المقلي والبندورة المفرومة.
ملاحظة: يمكن تحويل الفتة إلى هريسة أو تركها على حالها حسب الذوق.

أرز بالقوزي

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

- ٢ كلغ من لحم الفخذ أو القوزي أو الرقبة
- كوبان من الأرز الطويل الحبة، المغسول والمصفى
- كوب من الأرز القصير الحبة المغسول والمصفى
- ٦ أكواب من مرقة اللحم
- ٢٠٠غ من اللحم المفروم فرماً متوسطاً
- بصلة متوسطة مفرومة، ملعقة صغيرة من السبع بهارات
- نصف كوب من اللوز المقشر
- نصف كوب من الفستق المقشر والمسلوق
- نصف كوب من الصنوبر، نصف كوب من الكاجو
- ملعقة طعام من الملح
- باقة من المطيبات (ورقة غار و٣ حبات من الهال وعود قرفة و٥ حبات بهار حلو وبصلة مقطعة إلى أربعة قطع)
- نصف كوب من السكر، ربع كوب من الزيت
- ملعقتا طعام من السمنة أو الزبدة أو الزيت
- ملعقتا طعام من السمنة أو الزبدة لقلي الأرز
- ملاحظة: يمكن أيضاً إضافة لحم الدجاج إلى القوزي

التحضير

توضع قطع اللحم مع العظام، في حال وجودها، في طنجرة الضغط وتغمر بالماء. يسلق اللحم على النار وترفع عنه الزفرة، ثم يضاف الملح، وورقة الغار، والهال، والقرفة، وحبات البهار، والبصلة. يطهى الكل معاً لمدة ٤٠ إلى ٤٥ دقيقة حتى ينضج اللحم. ترفع قطع اللحم من المرقة وتصفى المرقة وترمى العظام. يزال الدهن عن اللحم وينثر اللحم إلى قطع صغيرة.
يسخن مقدار ملعقتي طعام من السمنة أو الزبدة مع الزيت في قدر. تقلى المكسرات حتى تشقرّ قليلاً، ثم ترفع من القدر بواسطة ملعقة ذات ثقوب وتترك جانباً حتى موعد الاستعمال.
يستخدم الزيت نفسه لقلي اللحم المفروم والبصل المفروم إلى أن يتغير لون اللحم. يضاف القليل من الملح والسبع بهارات. في قدر صغيرة، يذوّب السكر ليصبح كاراميلاً.
يخلط هذا الكاراميل مع ٦ أكواب من مرقة اللحم ويسخن على النار حتى الغليان. توضع الملعقتان الباقيتان من السمنة أو الزبدة في قدر على النار. يقلى الأرز لمدة دقيقة أو دقيقتين ثم يضاف إليه اللحم المقلي ويخلط معه.
تسكب المرقة الممزوجة بالكاراميل فوق مزيج اللحم والأرز، وتغطى القدر وتترك على نار هادئة حتى يمتص الأرز كل السائل. تطفأ النار وتترك القدر لترتاح ١٠ إلى ١٥ دقيقة.
يرفع الغطاء عن القدر ويحرك الأرز بالشوكة بعناية ثم يسكب في طبق تقديم كبير. يزين الطبق بالمكسرات وقطع اللحم.
يقدم الطبق مع اللبن والسلطة الخضراء.

حساء المانتي

الكمية تكفي ٤ أشخاص

العجينة

كوبان من الدقيق
نصف ملعقة صغيرة من الملح
٣ إلى ٤ ملاعق طعام من الزيت النباتي
كمية كافية من الماء لدعك العجينة.

الحشوة

٢٠٠غ من اللحم المفروم وسطاً
بصلة صغيرة مفرومة ناعماً
نصف ملعقة صغيرة من الملح
نصف ملعقة صغيرة من البهار الأسود
ربع ملعقة صغيرة من البهار الحلو والبهار الأحمر.

الصلصة

٢٠٠غ من لحم الموزات
كوب من الحمص المنقوع في الماء والمسلوق
٢ إلى ٣ ملاعق طعام من الزيت أو الزبدة
ملح
ملعقتا طعام من الزيت أو الزبدة
٣ إلى ٤ فصوص ثوم مهروسة
ربع باقة من الكزبرة الطازجة المفرومة أو ملعقتا طعام من النعناع اليابس.

التحضير

تخلط مكونات العجينة مع بعضها في خلاط الطعام أو بواسطة اليدين للحصول على عجينة متوسطة الليونة. تقسم العجينة إلى كرتين وتغطى وتترك لترتاح ٣٠ دقيقة. يرش الدقيق على الطاولة وترق العجينة للحصول على دائرة كبيرة. تقطع الدائرة إلى مربعات من ٣ إلى ٤ سم ويحشى كل مربع بنصف ملعقة صغيرة من حشوة اللحم. تطوى الجهات الأربع لكل مربع فوق الحشوة للحصول على شكل رزمة.

تصف رزم العجين في صينية مرشوشة بالدقيق حتى موعد الاستعمال. يطهى اللحم مع الحمص. ومعجون البندورة والملح، ثم تضاف رزم العجين المحشوة ويطهى الحساء حتى تنضج العجينة.

يسخن الثوم مع الزبدة في قدر ويضاف إليه النعناع اليابس أو الكزبرة الطازجة. يسكب هذا الخليط بسرعة فوق الحساء المغلي ويخلط معه. يقدم الحساء ساخناً.

لحم بعجين

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

ملعقة طعام من الخميرة الفورية
كوب ونصف الكوب من الماء
ملعقة طعام من السكر
ملعقة صغيرة من الملح
٣ ملاعق طعام من الزيت النباتي
٤ أكواب من الدقيق.

الحشوة

٧٥٠غ من اللحم المفروم فرماً متوسطاً
بصلتان متوسطتان مفرومتان ناعماً
نصف كوب من الصنوبر
ملح وفلفل وبهار
حلو حسب الذوق
نصف ملعقة صغيرة من البابريكا
رأسان من البندورة (الطماطم) مفرومان ناعماً
رأس فليفلة أخضر حريف مفروم ناعماً.

التحضير

تخلط مكونات العجينة في خلاط الطعام للحصول على عجينة متوسطة الليونة. تغطى العجينة وتترك لترتاح نصف ساعة. توضع العجينة على سطح مكسو بالدقيق وتقطع إلى كرات صغيرة بحجم أصغر من حجم البيضة قليلاً تقريباً. ترق كل كرة عجين بواسطة الشوبك إلى دائرة قطرها ١٢ إلى ١٣ سم. تحشى كل دائرة عجين بمقدار ملعقتي طعام من الحشوة. توزع الحشوة بالتساوي فوق كل دائرة العجين، ثم تضفّر حواف الدائرة إلى الداخل للحصول على إطار يحيط بحشوة اللحم.

توضع أقراص اللحم بعجين المحضرة في صوان غير لاصقة مدهونة بالقليل من الزيت وتخبز في فرن حرّارته ٤٠٠ درجة فهرنهايت حتى تنضج تماماً.

يقدم اللحم بعجين مع اللبن وشرائح الليمون.

حمص بالطحينة مع السودة المقلية

الكمية تكفي شخصين

كوب من الحمص المنقوع في الماء طوال الليل
ربع إلى نصف كوب من الطحينة
فص ثوم مهروس
١ إلى ٢ ملعقة طعام من عصير الليمون
ماء لترقيق الحمص بالطحينة
٢٠٠غ من كبد الدجاج (سودة) المنظف والمقطع إلى قطع مكعبات صغيرة
نصف ملعقة صغيرة من الملح
ربع ملعقة صغيرة من البهار الأسود
رشة من السبع بهارات
ملعقتا طعام من الصنوبر
ملعقة طعام من الزبدة أو السمنة + ربع كوب من الزيت النباتي.

التحضير

ينقع الحمص طوال الليل في الماء مع نصف ملعقة من بيكربونات الصودا. في اليوم التالي، يغسل الحمص ويغمر بالماء ويسلق مع ملعقة صغيرة من الملح حتى يصبح طرياً جداً. يصفى الحمص من الماء.

يوضع الحمص في خلاط الطعام. تضاف إليه الطحينة والثوم، وعصير الليمون، والملح، حسب الحاجة، ويُطحن حتى الحصول على قوام ناعم للحمص بالطحينة.

يسكب الحمص بالطحينة في طبق التقديم.

يسخن الزيت في مقلاة ويقلى فيها الصنوبر حتى يصبح ذهبي اللون ثم يوضع جانباً. يقلى بعدها كبد الدجاج في الزيت نفسه حتى ينضج جيداً. يضاف إليه الملح والبهار، ومن ثم الصنوبر. يسكب هذا الخليط فوق الحمص بالطحينة. يزين الطبق بالبابريكا والكمون والبقدونس ويقدم فاتراً.

لحوح باللحم

الكمية تكفي ٤ إلى ٦ أشخاص

كوب من الدقيق، ١،٥كوب من الحليب

٣ بيضات، ملعقة طعام من الزيت النباتي، رشة ملح.

الحشوة

نصف كيلوغرام من اللحم المفروم وسطاً

نصف ملعقة صغيرة من الملح، نصف ملعقة صغيرة من البهار الأسود، نصف ملعقة صغيرة من البهار الحلو

ربع ملعقة صغيرة من القرفة

بصلة متوسطة مفرومة ناعماً

٢ إلى ٣ ملاعق طعام من الزيت النباتي

كوب من الجبنة المتنوعة المبشورة

وصفة من الصلصة البيضاء (كوب من الحليب مع ملعقة طعام من الدقيق وملعقة طعام من الزبدة وربع ملعقة صغيرة من الملح)

٤ بيضات مسلوقة ومفرومة.

التحضير

يخلط الدقيق مع الحليب، والبيض، والزيت، والملح في خلاط الجاتوه أو بواسطة الشريط المعدني. يحفظ الخليط في الثلاجة لمدة ٢ إلى ٣ساعات. إذا كان الخليط سميكاً، يضاف إليه المزيد من الماء أو الحليب ليصبح قوامه أرق قليلاً من اللبن، أي قابلاً للسكب. تسخن مقلاة غير لاصقة ثم تدهن بالقليل من الزيت ويسكب فيها ٢ إلى ٣ ملاعق طعام من المزيج الرخو. يحرك المزيج في كل المقلاة ليغطي قعرها ويطهى جيداً على الوجهين لتصبح قطعة الكريب (اللحوح) وردية اللون.

يسخن الزيت في قدر ويقلى فيه البصل قليلاً حتى يذبل. يضاف اللحم ويطهى مع الملح والتوابل حتى يمتص اللحم كل الماء. يحفظ مزيج اللحم جانباً. ثم يضاف إليه البيض المسلوق والمفروم. تسخن الزبدة مع الدقيق في قدر أخرى. يضاف إليها الحليب مع الملح. يخلط الكل جيداً للحصول على صلصة سميكة. تضاف هذه الصلصة مع كوب من الجبنة إلى مزيج اللحم وتخلط معه. تحشى كل قطعة كريب بالقليل من هذا المزيج ثم تطوى حوافها فوق الحشوة وتلف مثل السيجار. تقدم قطع اللحوح ساخنة مع السلطة الطازجة.

تورتة الهليون

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص

العجينة

كوبان من الدقيق

كوب من الزبدة في حرارة الغرفة

صفار بيضة

٤ إلى ٥ ملاعق طعام من الحليب السائل

نصف ملعقة صغيرة من الملح.

الحشوة

٣ بيضات

ربع ملعقة صغيرة من الملح وربع ملعقة صغيرة من البهار الأبيض

ملعقتا طعام من الدقيق

كوب من الكريما الطازجة المخفوقة قليلاً

علبة من الهليون المصفى من الماء

كوب من الجبنة المبشورة والمتنوعة.

التحضير

يخلط الدقيق مع الزبدة، وصفار البيض، والملح، والحليب في خلاط الطعام للحصول على عجينة متماسكة في زاوية واحدة من وعاء الخلاط. تلف العجينة وتحفظ في الثلاجة لمدة ساعة. ترق العجينة فوق ورقة نايلون بمساعدة الشوبك ثم تنقل إلى قمر قالب تورتة قطره ٢٦ إلى ٢٨ سم. يوخز قعر العجينة في أماكن عدة بالشوكة ثم تغطى العجينة بورقة بارشمان أو ورقة ألمنيوم وتحشى بكوب من الحمص أو الفول وتخبز في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت لمدة ١٥ دقيقة. تنزع بعدها حبات الفول أو الحمص وتنزع ورقة الألمنيوم أو البارشمان ويتابع خبز التورتة حتى تنضج وتصبح وردية اللون.

يخفق البيض مع الملح والبهار والدقيق بواسطة الشوكة. تضاف الكريما الطازجة المخفوقة ونصف كمية الجبنة. يسكب هذا المزيج فوق التورتة المخبوزة ثم تصف قطع الهليون فوقها. تزين التورتة بالبندورة الكرزية ويرش عليها نصف الكوب الباقي من الجبنة.

تخبز التورتة في الفرن لمدة ٣٠ إلى ٣٥ دقيقة حتى يصبح سطحها ذهبياً إلى أشقر اللون.

تخرج التورتة من الفرن وتنقل إلى طبق التقديم وتقطع إلى شرائح وتقدم.

كرواسان بالفطر والدجاج

الكمية تصنع ١٦ قطعة

العجينة

٣ أكواب من الدقيق

٥ ملاعق طعام من زيت الزيتون، صفار بيضتين

كوب من الماء أو أكثر حسب الحاجة

ملعقة صغيرة من الباكينغ باودر

ملعقتا طعام من الزبدة المذوبة

ملعقة صغيرة من الملح.

الحشوة

١٠٠غ من الفطر الطازج المفروم

١٠٠غ من لحم الدجاج المقطع إلى مكعبات

رأس فليفلة أخضر حريف مفروم ناعماً

ملعقتا طعام من الزبدة

كوب من الحليب أو الكريما الطازجة

بيضة واحدة، ملعقتا طعام من الدقيق

ربع كوب من الجبنة المتنوعة المبشورة

ملح وبهار أسود.

التحضير

تحضر عجينة متوسطة الليونة من المكونات المذكورة أعلاه ثم تقسم العجينة قسمين وتغطى وتترك جانباً لمدة ٢٠ دقيقة حتى ترتاح. ترق أول كرة عجين إلى دائرة كبيرة قطرها ٣٠ إلى ٣٥ سم باستعمال كمية كافية من الدقيق. تكرر العملية نفسها مع كرة العجين الثانية.

تحضر الحشوة بقلي الفطر مع لحم الدجاج والفليفلة الخضراء في الزبدة. يضاف من ثم الدقيق ويتابع القلي. يضاف الحليب ويخلط المزيج الذي يبدو حينها كثير العصارة. تضاف الجبنة والبيض. يخلط الكل جيداً وتترك الحشوة جانباً لتبرد. تدهن أول دائرة عجين بالزبدة، ثم تقطع كل دائرة إلى ٨ مثلثات مثل الكرواسان. يلف كل مثلث. تكرر العملية نفسها مع دائرة العجين الثانية. يفترض الحصول في النهاية على ١٦ قطعة من الكرواسان الملفوفة. تصف قطع الكرواسان في الصينية وتحفظ في الثلاجة لمدة ساعة، ثم تخرج من الثلاجة ويضغط على كل قطعة جيداً لتسطيحها وجعلها على شكل دائرة.

يستخدم الشوبك لتسطيح قطع الكرواسان إلى دوائر قطرها ١٢ إلى ١٣ سم. تحشى كل عجينة بمقدار ملعقتي طعام من حشوة الدجاج والفطر ثم تلف مثل السبرينغ رولز أو السيجار. تطوى كل لفافة على الجانبين وتلصق الحواف جيداً ببعضها بواسطة صفار البيض. تبدو حينها قطع الكرواسان مثل قطع الكعك الدائرية.

تدهن هذه القطع بصفار البيض وتخبز في الفرن حتى تشقرّ. تقدم قطع الكرواسان باردة أو فاترة.

سمكة حرّة

الكمية تكفي ٤ إلى ٦ أشخاص

٢،٥ إلى ٣ كلغ من سمك الهامور أو اللقز

نصف كوب من زيت الزيتون أو الزيت النباتي

ليمونة مقطعة إلى شرائح

ورقتا غار

ملح وبهار أبيض حسب الذوق

ملعقة صغيرة من توابل السمك (اختياري).

الصلصة الحرّة

٣ رؤوس بندورة (طماطم) مقطعة إلى مكعبات صغيرة

بصلة متوسطة مفرومة ناعماً

٦ فصوص ثوم مهروسة مع الملح

نصف باقة من الكزبرة المفرومة

ربع باقة من البقدونس المفروم ناعماً

رأسان من الفليفلة الخضراء الحريفة، مفرومان ناعماً

رأسان من الفليفلة الحمراء الحريفة، مفرومان ناعماً

ربع كوب من زيت الزيتون أو الزيت النباتي

ملح حسب الذوق

ملعقة طعام من الكزبرة اليابسة.

التحضير

تنظف السمكة ولكن من دون نزع حراشفها. تفرك السمكة من الداخل والخارج بالملح وتوابل السمك.

توضع شرائح الليمون وأوراق الغار داخل بطن السمكة، ثم يفرك جلدها بالزيت. تلف السمكة بورقة ألمنيوم وتخبز في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت لمدة ٢٠ دقيقة تقريباً حتى ينسلخ الجلد بسهولة عن لحم السمك ويصبح اللحم طرياً عند لمسه بالأصابع.

تنزع ورقة الألمنيوم عن السمكة ويسلخ الجلد عن اللحم. تقلب السمكة على الوجه الآخر ويسلخ جلدها أيضاً. تنزع شرائح الليمون وورق الغار من بطن السمكة ثم تلف السمكة بورق النايلون اللاصق للحؤول دون اسوداد لون لحم السمك.

لتحضير الصلصة، يسخن الزيت ويقلى فيه البصل والثوم حتى يذبلا. تضاف الكزبرة الطازجة واليابسة والفليفلة المفرومة، والبندورة، والبقدونس. يرش الملح حسب الذوق وتطهى الصلصة على النار.

توضع السمكة في طبق التقديم وتسكب فوقها الصلصة الحريفة وتزين بشرائح الليمون وشرائح الفليفلة الحمراء.

كبيبات بالجريش

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

٣ أكواب من الجريش

كوب من البرغل الناعم

كوب من السميد الخشن

ملعقة طعام من الملح

كمية كافية من الماء البارد لدعك الكبة

بصلة متوسطة مبروشة.

الحشوة

كيلوغرام من اللحم القليل الدهن المفروم وسطاً

ملعقة صغيرة من الملح

ملعقة صغيرة من البهار الحلو

ملعقة صغيرة من البابريكا الحمراء

ربع ملعقة صغيرة من القرفة

نصف ملعقة صغيرة من البهار الأسود

باقة من البقدونس الطازج المفروم

بصلتان مفرومتان

تخلط مكونات الحشوة مع بعضها للحصول على مزيج متجانس.

التحضير

يخلط الجريش مع البرغل والسميد والملح وكمية كافية من الماء البارد والبصلة المقطعة إلى أربع قطع للحصول على عجينة كبة دبقة.

حين تصبح العجينة جاهزة، تقرص الكبة إلى كرات صغيرة. تحشى كل كرة بمقدار ملعقة طعام من مزيج اللحم ثم تختم حوافها بحيث تتخذ شكل أقراص الكبة شبه المسطحة (أنظري إلى الصورة).

يغلى الماء مع كمية كافية من الملح. تسلق الكبيبات في الماء المغلي حتى تنضج وتقسو، ثم ترفع بواسطة ملعقة ذات ثقوب وتقدم ساخنة على الفور. يجب غلي أقراص الكبيبات في الماء على دفعات بحيث يتناول الضيوف الدفعة الأولى فيما الدفعة الثانية تغلي على النار.

ملاحظة: يجب إضافة الماء في كل مرة تمتص العجينة الماء للحفاظ على ليونتها.

فريدس بالصلصة الحمراء الحريفة

الكمية تكفي ٤ أشخاص

كيلوغرام من القريدس المتوسط الحجم

بصلتان متوسطتان مفرومتان

نصف كوب من زيت الزيتون

ملح وبهار أبيض

٤ إلى ٥ رؤوس بندورة (طماطم) مقشرة ومفرومة

كوبان إلى ٢،٥ أكواب من مرقة السمك أو الدجاج

رأس فليفلة حمراء حلوة مفروم

رأس فليفلة حمراء حرّة مفروم

جزرتان مفرومتان

ملعقتا طعام من معجون البندورة.

التحضير

يسخن زيتت الزيتون في قدر ويقلى فيه البصل مع الجزر حتى ينضجا قليلاً. يضاف القريدس ويقلى ليصبح وردي اللون. يرفع القريدس من المقلاة ويترك جانباً. تضاف ملعقة صغيرة من الدقيق إلى القدر وتقلى لبضع دقائق. تضاف من ثم البندورة والفليفلة الحمراء، ومعجون البندورة، ومرقة السمك، والملح والبهار. يطهى الكل على النار حتى تنضج الخضار وتتكثف الصلصة. يعاد القريدس إلى القدر ويخلط مع الصلصة ثم يقدم الطبق مع الأرز.

يمكن هرس الخضار للحصول على قوام قشدي.

يمكن إضافة نصف كوب من الكريما الطازجة الى الصلصة، حسب الطلب.

رقاقات بالجبنة

الكمية تكفي ١٠ إلى ١٢ شخصاً

٤ بيضات

كوب من الماء

ملعقة صغيرة من الملح

كوب من الزبدة المذوبة وربع كوب من الزيت النباتي

دقيق حسب الحاجة

٣ أكواب من الماء البارد.

الحشوة

٢٥٠غ من جبنة العكاوي

٢٥٠غ من الجبنة المجدولة

نصف باقة من البقدونس الطازج المفروم

ربع ملعقة صغيرة من البهار الأسود.

التحضير

يخفق البيض قليلاً بالشوكة، ويضاف إليه الماء والملح. تضاف من ثم كمية كافية من الدقيق للحصول على عجينة متوسطة الليونة.

تقسم هذه العجينة إلى ٨ كرات وتوضع في وعاء وتغطى وتترك لترتاح نصف ساعة تقريباً. ترق كل كرة فوق سطح مرشوش بالدقيق وبمساعدة الشوبك للحصول على دائرة كبيرة قطرها ٤٥ إلى ٥٠ سم.

تدهن صينية دائرية قطرها ٥٠ إلى ٥٥ سم بالزبدة المذوبة وتوضع فيها أول رقاقة عجين.

تكرر العملية نفسها مع ثلاث كرات عجين أخرى مع ضرورة دهن سطح كل رقاقة عجين بالكثير من الزبدة المذوبة قبل وضع الرقاقة التالية فوقها.

توزع حشوة الجبنة فوق الرقاقة الرابعة ثم تكرر العملية نفسها مع كرات العجين الأربع الباقية بحيث ترق كل منها للحصول على دائرة كبيرة.

ولا بد من دهن كل رقاقة عجين بالكثير من الزبدة المذوبة قبل وضع الرقاقة التالية فوقها.

تقطع رقاقات العجين إلى مربعات من ١٠ إلى ١٢ سم.

تخبز الصينية في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى يصبح سطحها وردي اللون وتنضج من الداخل.

تخرج الصينية من الفرن ويسكب فوقها ٣ أكواب من الماء البارد ثم تعاد إلى الفرن وتخبز مجدداً حتى امتصاص كل الماء. تخرج الصينية من الفرن وتترك لترتاح نصف ساعة قبل التقديم.

تحضير الحشوة

تقطع جبنة العكاوي والجبنة المجدولة إلى شرائح رقيقة وتنقع في الماء البارد.

يغير ماء النقع كل ربع ساعة للتخلص من معظم الملح الموجود في الجبنة.

تصفى الجبنة من الماء ثم تهرس بالشوكة. تخلط بعدها مع البقدونس المفروم وربع ملعقة صغيرة من البهار الأسود.

توزع هذه الحشوة فوق الرقاقة الرابعة من العجين.

حساء المعكرونة

٢٥٠غ من المعكرونة اللولبية الشكل
جزرتان أو ٣ جزرات مقطعة إلى مكعبات صغيرة
عود كرفس مقطع إلى مكعبات صغيرة
صدر من لحم الدجاج مقطع إلى مكعبات صغيرة
نصف رأس فلفل أحمر مقطع إلى مكعبات صغيرة
نصف كوب من حبوب الذرة
٥ أكواب من مرقة الدجاج
نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض.

التحضير

تسخن ٥ أكواب من مرقة الدجاج، وتضاف إليها المعكرونة والجزر والكرفس ولحم الدجاج والذرة ومكعبات الفلفل والفلفل الأبيض. يطهى الكل معاً فوق النار حتى تنضج الخضار والمعكرونة. يترك الحساء فوق نار متوسطة. إذا بقي هذا الحساء في القدر لمدة ساعتين، تمتص المعكرونة كل المرق ولذلك يجب إضافة كوب آخر من مرقة الدجاج وتسخين الحساء مجدداً في حال تناوله لاحقاً.

فطائر شرمولة السمك والقريدس (طبق مغربي)

التحضير

تحضر الشرمولة بحيث تخلط كل المكونات في وعاء وتوضع جانباً. يوضع السمك في مقلاة وتضاف إليه كمية كافية من الماء لغمر السمك. يضاف القليل من الملح، وتوضع المقلاة فوق النار حتى يبدأ الماء بالغليان، ويترك السمك يطهى برفق لمدة ٣ دقائق أو حتى ينضج السمك. تستعمل ملعقة ذات ثقوب لإخراج السمك من السائل وتفتيته، مع الحرص على إزالة كل الحسك.

يسلق القريدس في مرقة السمك لمدة ١٠ دقائق، إلى أن يصبح ورديا، ثم يصفى ويقشر. يقلب القريدس والسمك قليلاً في الشرمولة، ثم يغطيان ويتركان جانباً لمدة ساعة. يحمى الفرن إلى حرارة ٣٥٠ درجة فهرنهايت أو ١٨٠ درجة مئوية أو غاز رقم ٤. تدهن صينيتان بالزيت.

لإعداد الفطائر، تفتح رقاقات العجين وتحفظ في قطعة قماش رطبة. تؤخذ رقاقة من العجين وتدهن بالزيت وتطوى طولياً إلى اثنين. يوضع القليل من مزيج السمك في وسط العجين، ثم تطوى حواف العجين فوق الحشوة، وتلف الأطراف حول الحشوة على شكل باقة. يترك ذيل القريدس خارجاً. تدهن فطائر العجين بصفار البيض وتخبز في الفرن حتى تصبح ذهبية اللون.

٤٠٠غ من شرائح السمك الأبيض
٨ حبات قريدس عملاقة غير مطهوة
٨ رقاقات من العجين الجاهز
٤ أو ٥ ملاعق طعام من الزيت النباتي
صفار بيضة واحدة ممزوج مع بضع قطرات من الماء
٥٠٠غ من شرائح السمك الأبيض المكتنز.

للشرمولة

٥ ملاعق طعام من زيت الزيتون
عصير ليمونة واحدة
ملعقة صغيرة من الكمون المطحون
ملعقة أو ملعقتان صغيرتان من الفلفل الحلو
فصان أو ثلاثة فصوص ثوم مهروسة
رأس فلفل أحمر منزوع البذور ومفروم
باقة من البقدونس المسطح الأوراق، مفرومة
باقة من الكزبرة المفرومة.

شاورما السمك مع البطاطا المتوسطية

كيلوغرام من السلمون النيء المقطع إلى شرائح طويلة ورفيعة عرضها ٤ إلى ٥ سم
رأس شمار مقطع إلى شرائح طويلة ورفيعة
رأسان من الكراث الأندلسي (بصل) مقطعان إلى شرائح
ربع كوب من زيت الزيتون
ملعقة صغيرة من الملح
نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض
نصف ملعقة صغيرة من توابل ثمار البحر
برش ليمونة واحدة
٢ الى ٣ فصوص ثوم مهروسة.

التحضير

تخلط كل المكونات المذكورة أعلاه مع بعضها في وعاء بلاستيكي أو زجاجي وتترك طوال الليل. يبسط القليل من زيت الزيتون في طبق زجاجي مقاوم لحرارة الفرن أو مقلاة غير لاصقة، وتوضع الشاروما فيه وتخبز لمدة ٢٠ إلى ٢٥ دقيقة.

البطاطا المتوسطية

رأسان كبيران من البطاطا مقطعان إلى مكعبات صغيرة
رأسان من الكراث الأندلسي مفرومان
الجزء الأبيض من حبة كراث واحدة، مقطع إلى شرائح قصيرة ورفيعة
ربع كوب من زيت الزيتون
٤/٣ ملعقة صغيرة من الملح
ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض
ملعقة صغيرة من العسل.

التحضير

تخلط كل المكونات أعلاه مع بعضها وتبسط في مقلاة غير لاصقة وتخبز لمدة ٢٥ إلى ٣٠ دقيقة شرط تقليبها بعناية أثناء الخبز لتفادي احتراقها.

حساء السبانخ
بنكهة الحامض

الكمية تكفي ٦ أشخاص

ملعقتا طعام من الزبدة
بصلة حمراء مفرومة خشناً
٤ بصلات خضراء مفرومة خشناً
فصا ثوم مقطعان إلى أربع
ملعقة طعام من برش الليمون الخشن
١,٥ كيلوغرام من السبانخ المنظف والمغسول والمفروم خشناً
٣ رؤوس بطاطا كبيرة مفرومة خشناً
٣ أكواب من مرقة الدجاج أو الخضار
٥ أكواب من الماء
ثلاثة أرباع الكوب من الكريما الطازجة
١٥٠غ من جبنة الفيتا المفتتة

التحضير

تذوب الزبدة في قدر كبيرة ويقلى فيها البصل والثوم، مع التحريك، حتى يذبل البصل. يضاف برش الليمون، والسبانخ، والبطاطا. يطهى الكل مع التحريك حتى يذبل السبانخ.
تضاف المرقة والماء ويغلى الحساء من دون غطاء على نار خفيفة لمدة ١٥دقيقة تقريباً أو حتى تنضج البطاطا.
يرفع الحساء عن النار ثم يهرس في الخلاط الكهربائي على دفعات ليصبح ناعم القوام. يعاد الحساء مع الكريما إلى القدر نفسها ويسخن على النار.
يسكب الحساء في أطباق فردية وتنثر جبنة الفيتا فوق كل طبق.

تورتة بالتوت والكرز الأسود

العجينة
كوبان من الدقيق (الطحين) مع نصف كوب من اللوز المطحون ناعماً ١٧٥ غرام من الزبدة في حرارة الغرفة رشة فانيلا، صفار بيضة واحدة، نصف كوب من السكر الناعم.

التحضير
تحضر العجينة بوضع الدقيق والزبدة واللوز والفانيلا وصفار البيضة والسكر الناعم في خلاطة الطعام. يخلط الكل معاً إلى أن تتماسك العجينة في زاوية واحدة من وعاء الخلاطة. تلف العجينة بكيس نايلون وتحفظ في الثلاجة لمدة ساعة.
تخرج العجينة من الثلاجة وتحوّل إلى مستطيل مسطح باستعمال الشوبك. توضع العجينة في أسفل قالب تورتة قابل للفك حجمه ١١×٣٥ سم. يحزز سطح العجينة بواسطة الشوكة. تعاد التورتة إلى قسم التجليد من الثلاجة لمدة ساعتين.
يحمى الفرن إلى حرارة ٣٥٠ درجة فهرنهايت أو ١٨٠ درجة مئوية، وتخبز فيه عجينة التورتة حتى تصبح وردية اللون.
تحضر الحشوة، وتحشى بها التورتة ويغطى سطحها بالتوت والكرز الأسود. يدهن سطح التورتة بمربى المشمش المسخن قبل وضعها في الثلاجة حتى موعد التقديم.

الحشوة
٢٠٠غ من جبنة الماسكاربون
كوب من القشدة الطازجة المخفوقة
فانيلا مع بضع قطرات من روح اللوز (اختياري).

التحضير
تخفق القشدة الطازجة حتى تصبح دبقة جداً. تخفق جبنة الماسكاربون في خلاطة الجاتوه. تخلط مع القشدة ويضاف إليهما روح اللوز في حال استعماله. تبسط القشدة فوق التورتة المخبوزة.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

كوشري

الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص

كوبان من العدس الأسود الصغير

كوبان من الأرز القصير الحبة

٢٥٠غ من المعكرونة اللولبية الشكل

٥بصلات كبيرة مقطعة إلى شرائح ومقلية في الزيت

١،٥كيلوغرام من البندورة (الطماطم) الحمراء المقشرة والمفرومة والمهروسة

ملعقة صغيرة من الثوم المهروس

ملعقة صغيرة من الخل

ملح وبهار أسود وكمون

رأس إلى رأسين من الفليفلة الخضراء الحريفة المفرومة ناعما

زيت لقلي البصل.

التحضير

يسلق العدس في الماء حتى يبدأ بالغليان. تطفأ النار وتغطى القدر ويترك العدس منقوعاً في الماء الساخن لمدة ٣ ساعات.

يقلى البصل في الزيت حتى يصبح ذهبياً وهشاً. يرش فوقه الملح.

ينقع الأرز في الماء البارد لمدة ساعتين، ثم يصفى ويقلى في الزيت الذي استعمل لقلي البصل. يضاف العدس المنقوع مع مائه. تغطى القدر وتترك على نار هادئة حتى ينضج الأرز ويمتص كل الماء.

يضاف الملح والكمون والبهار الأسود.

الصلصة

يسخن القليل من الزيت النباتي في مقلاة ويقلى فيه الثوم حتى يصبح شاحب اللون. تضاف الفليفلة الحريفة مع صلصة البندورة (الطماطم) والخل. تطهى الصلصة حتى تتكثف. يرش فوقها الملح.

تسلق المعكرونة وتصفى.

يسكب مزيج الأرز والعدس في طبق التقديم وتوزع فوقه المعكرونة المسلوقة والبصل المقلي. تسكب بعدها الصلصة في الأعلى ويقدم الطبق ساخناً.

سلطة الفاصوليا الناشفة

الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص

- كوب من الفاصوليا (الطازجة) أو الناشفة البيضاء أو الحمراء المنقوعة في الماء
- كوب من الجزر المفروم، ٥ فصوص ثوم مفرومة، ملعقة طعام من معجون البندورة (الطماطم)
- ربع باقة من البقدونس المفروم
- ربع كوب من زيت الزيتون
- نصف ملعقة صغيرة من البابريكا الحمراء
- ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود
- نصف ملعقة صغيرة من الملح
- ليمونة واحدة مقطعة إلى شرائح للزينة وللتقديم مع السلطة.

التحضير

تنقع الفاصوليا الناشفة في الماء الفاتر طوال الليل، بعد إضافة نصف ملعقة صغيرة من بيكربونات الصودا إلى الماء. في اليوم التالي، تغسل الفاصوليا وتشطف بالماء البارد مرات عدة قبل طبخها. يسخن الزيت في قدر ويضاف إليه الثوم مع الفاصوليا. يقلى المزيج لبضع دقائق. يضاف من ثم الجزر، ومعجون البندورة، والملح، والفلفل وكمية كافية من الماء الساخن لغمر محتويات القدر. حين يبدأ الماء بالغليان، تخفف النار ويطهى المزيج لمدة ٣٠ دقيقة تقريباً أو حتى تنضج الفاصوليا. يضاف حينها البقدونس المفروم. تسكب الفاصوليا في طبق التقديم وتزين بالمزيد من البقدونس وشرائح الليمون. يقدم الطبق بارداً أو فاتراً.

ملاحظة: يمكن إضافة عصير الليمون إلى هذا الطبق أثناء الأكل. لا تُنقع الفاصوليا إذا كانت طازجة.

حساء الطماطم بكرات اللحم

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

- ملعقتا طعام من الزبدة
- بصلة متوسطة مفرومة
- ٤ إلى ٥ فصوص ثوم مفرومة
- ربع ملعقة صغيرة من البابريكا
- ربع ملعقة صغيرة من البهار الأبيض
- ثلاثة أرباع الكوب من الأرز القصير الحبة
- كيلوغرام من البندورة (الطماطم) الحمراء المقشرة والمفرومة
- ٢ إلى ٣ ملاعق طعام من معجون البندورة
- رأس بطاطا كبير مقطع إلى مكعبات صغيرة
- جزرتان مقشرتان ومقطعتان إلى مكعبات صغيرة
- ٢٠٠غ من اللحم المفروم
- نصف ملعقة صغيرة من الملح
- رشة من البهار الأبيض
- ١٠ أكواب من مرقة اللحم أو الدجاج

التحضير

تذوب الزبدة في قدر وتقلى فيها كرات اللحم حتى تنضج، ثم ترفع وتوضع جانباً. يستخدم الزيت نفسه لقلي البصل والثوم حتى يذبلا. يضاف البطاطا، والجزر، والبندورة، ومعجون البندورة، والملح، والبابريكا والأرز والمرقة. تغطى القدر ويطهى الحساء حتى تنضج الخضار. تضاف كرات اللحم إلى الحساء وتخلط معه قبل التقديم.

الدجاج المحمر

الكمية تكفي ٤ أشخاص

المكونات

- دجاجة واحدة وزنها كيلوغرام أو ٤ قطع من الدجاج
- ملعقتا طعام من معجون البندورة
- ربع كوب من الزيت النباتي
- ٦ فصوص ثوم مهروسة
- نصف ملعقة صغيرة من الملح
- نصف ملعقة صغيرة من البهار الحلو
- ربع ملعقة صغيرة من البهار الأسود
- ملعقة طعام من الأوريغانو اليابس
- ملعقة صغيرة من الخردل
- بصلة صغيرة مفرومة ناعماً
- كيلوغرام من قطع البطاطا.

التحضير

يخلط معجون البندورة مع الثوم، والزيت، والأوريغانو، والملح، والتوابل، والخردل والبصل للحصول على صلصة متجانسة. تفرك قطع الدجاج والبطاطا بهذه الصلصة، وتحفظ جانباً لمدة ٤ إلى ٦ ساعات. توضع قطع الدجاج والبطاطا في كيس شواء. يختم الكيس ويخبز في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فرنهايت حتى تنضج قطع الدجاج والبطاطا.

محشي ورق عنب مع ريش الغنم

الكمية تكفي ٤ إلى ٦ أشخاص

نصف كيلوغرام من اللحم المفروم

كيلوغرام من ريش الغنم المقلية في السمنة أو الزيت

بصلة مبشورة

كوب من الأرز القصير الحبة

نصف باقة من النعناع الطازج المفروم أو ملعقتا طعام من النعناع اليابس

رأسان من البندورة (الطماطم) مقشران ومفرومان

ملعقة صغيرة من البهار الأسود

ملعقة صغيرة من الكمون

عصير ليمونة

نصف كيلوغرام من أوراق العنب الطازجة

ربع كوب من الزيت، ملح.

التحضير

تغسل أوراق العنب جيداً ثم تنقع في الماء المغلي لمدة دقيقتين أو ثلاث وتنقل بعدها إلى مصفاة.

يغسل الأرز ويضاف إليه اللحم المفروم، والبصلة المبشورة، والبندورة، والنعناع المفروم، والتوابل، وعصير الليمون، والملح. يخلط الكل جيداً للحصول على الحشوة. توضع أول ورقة عنب في طبق زجاجي على أن يكون وجهها اللامع إلى الأسفل. توضع نصف ملعقة صغيرة من الحشوة على طرف ورقة العنب، ثم يطوى جانبا الورقة إلى الداخل وتلف الورقة فوق الحشوة مثل السيجار. تكرر العملية نفسها مع كل أوراق العنب حتى الانتهاء من الحشوة.

توضع قطع لحم الريش في قعر الطنجرة وتُرش فوقها الملح والبهارات ثم تصف أوراق العنب المحشوة فوقها. يضاف إليها الماء والزيت ورشة من الملح. تغطى القدر ويطهى محتواها على نار خفيفة بعد وضع طبق فخاري أو زجاجي فوق الأوراق المحشوة لفرض وزن عليها. بعد نضوج أوراق العنب، يقلب محتوى القدر بعناية فوق طبق التقديم. يقدم الطبق مع الصلصة واللبن.

ملاحظة: يمكن إضافة رأسين منظفين من الثوم بين طبقات أوراق العنب المحشوة.

سلطة الأرضي شوكي على الطريقة اليونانية

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

١٢ قاعدة أرضي شوكي متوسطة الحجم

٢ إلى ٣ بصلات مقشرة

٣ جزرات، كوب من الفول الأخضر الصغير الحجم،

مسلوق

نصف كوب من عصير الليمون

نصف كوب من زيت الزيتون

ملح وبهار أبيض.

التحضير

يسلق الأرضي شوكي مع البصل والجزر حتى تنضج هذه الخضار جزئياً. يضاف إليها عصير الليمون وزيت الزيتون والملح والبهار.

تغطى القدر ويتابع الطهو حتى تنضج الخضار تماماً. تنقل بعدها الخضار إلى طبق التقديم ويحتفظ بالصلصة جانباً حتى تبرد.

تقطع قواعد الأرضي شوكي إلى أرباع أو إلى شرائح، فيما يقطع الجزر إلى عيدان رفيعة ويقطع البصل إلى شرائح. تخلط هذه الخضار مع الفول الأخضر المسلوق. توضع السلطة في طبق وتسكب فوقها الصلصة. يزين الطبق بالبقدونس المفروم.

تقدم السلطة باردة أو فاترة بمثابة نوع لذيذ من المقبلات.

حساء الهليون

الكمية تكفي ٣ أشخاص

٥ أكواب من مرقة الدجاج، ٣ ملاعق طعام من الزبدة

٣ ملاعق طعام من الدقيق، علبة من الهليون المقطع إلى قطع

ثلاثة أرباع الكوب إلى كوب كامل من سائل علبة الهليون

كوب من الكريما الطازجة، ملح حسب الذوق

ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض.

التحضير

تسخن الزبدة في قدر. يضاف إليها الدقيق ويخفق معها لتفادي تكوّن كتل. يتابع الخفق حتى تفوح رائحة لذيذة من القدر.

تضاف مرقة الدجاج والسائل الموجود في علبة الهليون إلى محتوى القدر. يخلط الكل جيداً ويترك على النار حتى تظهر الفقاقيع على سطح الحساء. ترفع القدر عن النار وتضاف الكريما الطازجة إلى الحساء. تضاف من ثم قطع الهليون بعناية لتفادي هرسها .يرش الملح حسب الذوق ويضاف الفلفل الأبيض عند الضرورة. يقدم حساء الهليون مع الخبز المحمص.

طماطم محشوة بجبنة الماعز

الكمية تصنع ٦ قطع

٦ رؤوس بندورة (طماطم) متوسطة الحجم

١٥٠غ من جبنة الماعز

ملعقتا طعام من معجون الزيتون

حبة خيار صغيرة مقطعة إلى مكعبات صغيرة

ربع رأس فليفلة حمراء حلوة مقطعة إلى مكعبات صغيرة

رأس بندورة صغير مقطع إلى مكعبات صغيرة

ملعقتان صغيرتان من الخل الحلو البلسمي

ملعقتا طعام من زيت الزيتون

١٢ حبة زيتون خضراء أو سوداء (منزوعة النوى)

أوراق نعناع طازجة، ملح وبهار أبيض.

التحضير

يغرف لب كل رأس بندورة بعد قطع الرأس بسكين حادة والاحتفاظ به جانباً.

تقطع حبة الخيار مع قشرتها إلى مكعبات صغيرة ويرش عليها القليل من الملح وتترك جانباً لمدة ١٥ دقيقة. يمسح داخل كل رأس بندورة بالقليل من الملح. يخلط معجون الزيتون مع زيت الزيتون والخل الحلو ويسكب القليل من هذا الخليط داخل كل رأس بندورة. يحشى بعدها كل رأس بندورة بمكعبات جبنة الماعز ومكعبات الخيار والفليفلة الحمراء والزيتون والبندورة. تزين رؤوس البندورة بأوراق النعناع الطازجة وتقدم بمثابة نوع لذيذ من السلطات.

ملاحظة: يمكن استبدال جبنة الماعز بجبنة الفيتا القليلة الملح.

معجون الزيتون

يفرم نصف كوب من الزيتون الأخضر أو الأسود الخالي من النوى ويضاف إليه القليل من الزيت في الخلاط الكهربائي.

مغربية بالدجاج

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

- **كيلوغرام من كرات المغربية الطازجة أو المجلدة**
- **كيلوغرام من البصل الصغير المقشر**
- **١.٥ كيلوغرام من أفخاذ وصدور الدجاج مع جلدها**
- **كوبان من الحمص المنقوع طوال الليل في الماء ونصف ملعقة صغيرة من كربونات الصودا**
- **٢ إلى ٣ ملاعق طعام من الزبدة أو السمنة**
- **ملعقتا طعام من الزيت، ملح حسب الذوق**
- **٣ ملاعق طعام من مسحوق الكراوية**
- **١.٥ ملعقة صغيرة من مسحوق القرفة**
- **ملعقة صغيرة من السبع بهارات**
- **نصف ملعقة صغيرة من البهار الأسود**
- **مرقة لحم أو دجاج.**

التحضير

توضع قطع الدجاج في قدر. يغسل الحمص جيداً ويضاف إلى الدجاج في القدر، مع القليل من الملح وكمية كافية من الماء لغمر كل محتويات القدر. توضع القدر على النار حتى الغليان وتزال الزفرة كلما ظهرت على سطح القدر. يتابع الطهو حتى ينضج الدجاج والحمص. في قدر أخرى، تسخن ملعقة طعام من الزبدة مع ملعقة طعام من الزيت. يقلى البصل حتى يحمرّ. تضاف إليه نصف كمية التوابل، وثلاثة أرباع ملعقة صغيرة من القرفة، ونصف ملعقة صغيرة من السبع بهارات، وربع ملعقة صغيرة من البهار الأسود. تضاف ٣ إلى ٤ أكواب من المرقة إلى البصل المقلي وتغطى القدر وتترك على النار حتى ينضج البصل. يضاف الحمص وقطع الدجاج إلى هذا المزيج. إذا كانت الصلصة رقيقة جداً، تضاف ملعقة طعام من الدقيق ويتابع الطهو حتى تتكثف الصلصة قليلاً. تسخن بقية السمنة أو الزبدة وتقلى فيها المغربية مع بقية التوابل. يضاف كوبان من مرقة اللحم أو الدجاج إلى المغربية ويتابع الطهو حتى تمتص المغربية كل السائل. تسكب المغربية في طبق التقديم وتزين بقطع الدجاج والبصل. تقدم الصلصة مع الحمص والبصل في طبق جانبي.

حساء الفطر

الكمية تكفي ٣ الى ٤ أشخاص

- **علبة متوسطة من الفطر المفروم أو ٢٠٠ غ من الفطر الطازج المفروم + ملعقة طعام من الزيدة**
- **ملعقتا طعام من الزيدة**
- **٣ ملاعق طعام من الدقيق**
- **ملح وبهار أبيض**
- **٦ أكواب من مرقة الدجاج**
- **نصف أو ثلاثة أرباع كوب من الكريما الطازجة.**

التحضير

تسخن ملعقتا الزبدة في قدر ويقلى فيها الدقيق لبضع دقائق. في قدر أخرى، يقلى الفطر بملعقة طعام واحدة من الزبدة حتى يذبل. تضاف مرقة الدجاج إلى مزيج الدقيق والزبدة وتخفق معه بالشريط المعدني للتخلص من كل الكتل. وحين يتكثف المزيج قليلاً، يضاف الفطر المقلي، والملح حسب الحاجة، والبهار الأبيض والكريما الطازجة ويترك المزيج على نار متوسطة.

ملاحظة: يمكن استعمال الكريما القليلة الدسم في هذا الحساء، وكذلك الزبدة القليلة الدسم بحيث يحتوي الحساء على عدد أقل من الوحدات الحرارية. يجب التحقق من مذاق الملح دوماً قبل إضافته لأن المرقة تحتوي أصلاً على الملح.

أرضي شوكي محشوة باللحم

الكمية تكفي ٤ أشخاص

- **١٢ قاعدة أرضي شوكي مقشرة ومسلوقة**
- **ملعقتا طعام عصير ليمون**
- **نصف كيلوغرام من اللحم المفروم**
- **ربع كوب من الزيت النباتي أو الزبدة**
- **بصلة متوسطة الحجم، مفرومة ناعماً**
- **نصف ملعقة صغيرة من البابريكا**
- **ثلاثة أرباع ملعقة صغيرة من البهار الحلو**
- **نصف ملعقة صغيرة من البهار الأسود**
- **ربع ملعقة صغيرة من القرفة**
- **ملعقة صغيرة من الملح**
- **ربع كوب من الصنوبر أو اللوز المحمص أو المقلي**
- **ملعقة طعام من معجون البندورة (الطماطم) مذوبة في كوبين من الماء لطهو الأرضي شوكي.**

التحضير

تسلق رؤوس الأرضي شوكي في الماء وعصير الليمون حتى تنضج، علماً إن إضافة عصير الليمون إلى ماء السلق تساعد في الحفاظ على لون الأرضي شوكي. يسخن الزيت ويقلى فيه البصل حتى يذبل. يضاف اللحم ويطهى حتى ينضج ويختفي كل الماء. تضاف حينها التوابل والملح، ومن ثم اللوز أو الصنوبر.

تصف رؤوس الأرضي شوكي في قدر كبيرة وتحشى بحشوة اللحم. يضاف الماء الممزوج مع معجون البندورة (الطماطم) إلى القدر. تغطى القدر وتترك على نار متوسطة حتى تتكثف الصلصة وتنضج قطع الأرضي شوكي. يقدم الطبق مع الأرز.

ملاحظة: يمكن قلي رؤوس الأرضي شوكي بدل سلقها، لكن مدة الطهو تصبح أطول حينها.

غربالية

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص

- ٣أكواب من الدقيق
- كوب من الزيت النباتي (زيت ذرة)
- ماء والقليل من الملح ﴿لدعك العجينة
- كوبان من القطر (الشيرة)

الحشوة

- كوب ونصف الكوب من ﴿اللوز الحجازي أو الجوز المطحون
- ملعقة طعام من السكر الناعم
- ملعقة صغيرة من الهال المطحون
- زيت للقلي

التحضير

يوضع الدقيق في وعاء ويضاف إليه الماء وربع ملعقة صغيرة من الملح. يدعك المزيج للحصول على عجينة متوسطة الليونة. تترك العجينة لترتاح ساعة كاملة بعد تغطيتها بورق النايلون اللاصق. تقسم العجينة إلى كرات صغيرة، أصغر من البيضة. يسلق اللوز ويقشر ويقلى ويطحن مع السكر الناعم والهال. ترق كل كرة عجين على شكل دائرة صغيرة قطرها ١٠ سم وتحشى هذه الدائرة بمقدار ملعقة أو ملعقتين صغيرتين من الحشوة. يطوى جانبا الدائرة إلى الوسط ثم تزم حواف العجينة مع وسطها للحصول على شكل أسطوانة. يسخن الزيت في مقلاة عميقة وتقلى فيه القطع المحضرة حتى تصبح ذهبية اللون ومنتفخة. ترفع الغريالية من المقلاة وتغمس في القطر البارد ثم ترش عليها بذور السمسم المحمصة وتقدم فاترة أو ساخنة.

مفتقة

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

- نصف كيلوغرام من الطحينة
- نصف كيلوغرام من الأرز القصير الحبة
- ٦إلى ٧ أكواب من الماء لسلق الأرز
- ٣ ملاعق طعام من العقدة الصفراء
- كيلوغرام من السكر، ملعقة صغيرة من مسحوق اليانسون
- ثلاثة أرباع الكوب من ﴿الصنوبر

لتحضير

يغسل الأرز مرات عدة بالماء البارد إلى أن يصبح ماء الغسل شفافاً. ينقع الأرز بعدها في الماء الساخن لمدة ٢ إلى ٣ ساعات. يصفى الأرز من الماء ويوضع في طنجرة ضغط. تضاف إليه العقدة الصفراء مع ٦ إلى ٧ أكواب من الماء. يسلق الأرز مع التحريك المستمر لمدة ١٠ دقائق حتى يبدأ بالغليان. تغطى طنجرة الضغط ويترك الأرز يغلي لمدة ٣٠ دقيقة. تطفأ النار ويرفع الغطاء عن الطنجرة ويترك الأرز ليفتر. تضاف الطحينة والسكر واليانسون والقرفة. تعاد القدر إلى النار حتى يغلي محتواها، ثم تغطى مجدداً وتترك على نار هادئة لمدة ساعة تقريباً. تطفأ النار. يرفع الغطاء عن القدر ويحرك المحتوى بملعقة خشبية لمدة ٣٠ إلى ٣٥دقيقة حتى يتحول المزيج إلى كتلة دبقة ويظهر زيت الطحينة على سطح المزيج. يقلى الصنوبر أو يحمص ويخلط قسم منه مع المفتقة. تسكب المفتقة في طبق مسطح وتترك لتبرد ثم تزين ببقية الصنوبر وتقدم فاترة.

فوندان الشوكولا

الكمية تكفي ١٠ إلى ١٢ شخصاً

- ٣٠٠غ من الشوكولا نصف الحلوة
- كوب وربع الكوب من الزبدة
- ٦بيضات كبيرة في حرارة الغرفة
- صفار ٦ بيضات في حرارة الغرفة
- كوب وربع الكوب من السكر الناعم
- كوب من الدقيق المتعدد الاستعمالات
- ٣ملاعق طعام من مسحوق الكاكاو الداكن
- رشة فانيلا

التحضير

يحمى الفرن لغاية ٤٠٠ درجة فهرنهايت.

توضع الشوكولا مع الزبدة في قدر ثقيلة القعر على نار خفيفة حتى تذوب. يمكن استعمال المايكروايف أولاً لتذويب الشوكولا جزئياً ومن ثم إضافة الزبدة ومتابعة التسخين في المايكروايف ليذوب المزيج تماماً. لكن يجب الانتباه لعدم حرق الشوكولا في المايكروايف.

يخفق البيض مع صفار البيض بالخلاط الكهربائي ليصبح شاحب اللون. يضاف السكر ويتابع الخفق. تضاف الشوكولا المذوبة مع الزبدة، والدقيق، والكاكاو المنخول والفانيلا.

تبطن صينية بورق البارشمان. تدهن حلقات معدنية دائرية على شكل قوالب قطرها ٧ سم وارتفاعها ٣ سم بالزيت ويرش عليها الدقيق. توضع هذه الحلقات في الصينية.

يوزع مزيج الشوكولا بالتساوي على القوالب المحضرة بحيث يملأ ثلاثة أرباع كل منها. تخبز الصينية في الفرن لمدة ١٠ إلى ١٢ دقيقة حتى تجمد حواف الجاتوه في الحلقات وإنما يبقى الوسط سائلاً وطرياً.

تخرج الصينية من الفرن وتترك لترتاح ١٠ إلى ١٥ دقيقة، ثم تمرر سكين صغيرة حول كل قطعة جاتوه لإرخائها عن القالب. تنقل قطع الجاتوه إلى أطباق التقديم الفردية بمساعدة الملوق وتوضع كرة من البوظة على جانب كل منها. تقدم قطع الجاتوه وهي لا تزال فاترة.

ملاحظة: يمكن الحصول على الحلقات المعدنية الخاصة بالفوندان من متجر بيع أواني المطبخ أو المحلات المخصصة لبيع الأواني الفندقية.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

لفافة اللحم بالخضار والبيض

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

نصف كيلوغرام من لحم الكفتة المطحون ناعماً

بصلة مبشورة

كوب من الكعك المطحون

ملح وبهار أسود وكمون وبهار حلو

صفار بيضة لدهن سطح اللفافة

٣ جزرات متوسطة الحجم مقشرة ومسلوقة

٣بيضات مسلوقة ومقشرة

ربع كوب إلى نصف كوب من البازيلا .

التحضير

يخلط اللحم مع الملح، والتوابل، والبصل، والكعك المطحون والبيضة . يسطح مزيج اللحم على ورقة نايلون ثم يغطى بورقة نايلون أخرى ويرق بالشوبك للحصول على شكل مربع رقيق.

ترفع ورقة النايلون العلوية ويصف الجزر في خط، ثم البيضات الثلاث والبازيلا .

تستعمل ورقة النايلون السفلية للمساعدة على لف رقاقة اللحم على نفسها تماماً مثل الجذع.

يضغط على جذع اللحم جيداً وتختم حوافه وينقل إلى صينية مدهونة بالزيت.

يدهن سطح جذع اللحم بالزيت ويخبز في الفرن حتى ينضج اللحم.

تخرج الصينية من الفرن وتترك قطعة اللحم لتفتر ثم تقطع إلى شرائح وتقدم مع المزيد من الخضار والبطاطا المقلية.

ملاحظة: يمكن تقطيع اللفافة إلى قسمين ومن ثم طهوه في صلصة البندورة الحمراء لمدة ١٠ دقائق. بهذه الطريقة، يمكن الحصول على طبق غني بالعصارة يتم تقديمه مع الأرز المسلوق.

الدجاج مع الكاري والأناناس

الكمية تكفي ٣ أشخاص

كيلوغرام من لحم الدجاج المقطع إلى عيدان رفيعة

علبة من الأناناس المقطع إلى مكعبات

ربع كوب من الزيت النباتي، ملعقة طعام من الزبدة.

الصلصة

صفار بيضتين، ملعقة صغيرة من الخردل

ملعقة طعام من عصير الليمون

فصان من الثوم، ملعقة طعام من مسحوق الكاري

ثلثا الكوب من الزبدة المذوبة

بصلة متوسطة مفرومة

ثلاثة أرباع الكوب من عصير الأناناس (الموجود في العلبة)، ٣ إلى ٤ ملاعق طعام من الكريما الطازجة

ملعقة صغيرة من البابريكا

ملح وبهار أبيض حسب الذوق.

التحضير

يسخن الزيت مع الزبدة في القدر وتقلى قطع الدجاج برفق من دون إفراط. تضاف مكعبات الأناناس المصفاة وتقلى مع الدجاج. يخفق صفار البيض مع مسحوق الكاري وعصير الليمون والخردل في خلاط الطعام.

تذوب الزبدة في قدر ويقلى فيها البصل والثوم حتى يذبلا. يسكب البصل والثوم مع الزبدة ببطء فوق مزيج صفار البيض القشدي فيما لا يزال الخلاط قيد العمل. يتابع الخفق للحصول على صلصة سميكة. يوقف الخلاط الكهربائي ويضاف عصير الأناناس والكريما الطازجة وقطع الدجاج المقلية ومكعبات الأناناس إلى الصلصة. يخلط الكل جيداً. يقدم هذا المزيج مع الأرز بالزعفران.

ملاحظة: إذا كانت الصلصة سميكة، يضاف القليل من مرقة الدجاج إليها. كما يمكن مضاعفة حجم الصلصة إذا كنت تحبين الصلصة كثيراً.

كبة صاجية

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

كيلوغرام من لحم الكبة المطحون

٥أكواب من البرغل الأسمر الناعم

بصلة متوسطة مبشورة

ملح حسب الذوق

كمية كافية من الماء لدعك الكبة

زيت لدهن الكبة

الحشوة

نصف كيلوغرام من اللحم المفروم وسطاً

٢إلى ٣ بصلات مفرومة ناعماً

ملعقة صغيرة من الملح

ملعقة صغيرة من السبع بهارات

ملعقة طعام من الكمون

نصف ملعقة صغيرة من البهار الأسود

نصف ملعقة صغيرة من البهار الأحمر

٢إلى ٣ ملاعق طعام من السمنة.

التحضير

يغسل البرغل ويصفى. يوضع في وعاء كبير ويخلط مع اللحم، والملح، والبصل للحصول على كتلة دبقة. يمكن فعل ذلك بواسطة اليدين أو الخلاط الكهربائي.

تسخن السمنة على النار ويقلى فيها البصل حتى يذبل. يضاف اللحم والملح ويطهى الكل حتى يمتص اللحم كل العصارة ويتغير لونه وينضج. ترفع القدر عن النار وتضاف إليها التوابل وتترك جانباً ليبرد محتواها تماماً.

تقرص عجينة الكبة إلى أقراص صغيرة بحجم البيض أو أكبر قليلاً. تفتح فجوة وسط كل قرص كبة بمساعدة الماء. تحشى هذه الفجوة بملعقتي طعام من الحشوة. تغلق بعدها الفجوة فوق الحشوة للحصول على أقراص كبة مغلقة وعلى شكل قبب.

توزع أقراص الكبة المحشوة في صينية مدهونة بالقليل من الزيت وتدهن الأقراص بالزيت أو الزبدة المذوبة ثم تشوى على الفحم أو تخبز في الفرن حتى تنضج ويقسو خارجها.

تقدم أقراص الكبة ساخنة مباشرة من النار.

الحساء المغربي بالدجاج والحمص

الكمية تكفي ٦ أشخاص

- ملعقتا طعام من زيت الزيتون
- ٣٥٠غ من صدور الدجاج
- بصلة حمراء كبيرة مفرومة خشناً
- فصا ثوم مهروسان
- ملعقة طعام من الزنجبيل الطازج المبشور
- ١.٥ ملعقة صغيرة من الكمون
- ١.٥ ملعقة صغيرة من الكزبرة اليابسة
- ملعقة صغيرة من العقدة الصفراء
- نصف ملعقة صغيرة من البابريكا
- عود قرفة
- ربع كوب من الدقيق
- ٤أكواب من مرقة الدجاج
- ٤أكواب من الماء
- كوبان من الحمص المنقوع (علبتان، وزن كل منهما ٣٠٠غ)
- كيلوغرام من البندورة المقشرة والمفرومة (أو علبتان، وزن كل منهما ٤٠٠غ)
- ملعقتا طعام من الليمون المخلل المفروم ناعماً
- ملعقة طعام من أوراق الكزبرة الطازجة المفرومة

التحضير

تسخن نصف كمية الزيت في مقلاة كبيرة ويقلى فيها البصل والثوم والزنجبيل مع التحريك حتى يذبل البصل. يضاف الكمون، والكزبرة المطحونة، والعقدة الصفراء، والبابريكا، والقرفة. يطهى المزيج حتى تفوح منه رائحة لذيذة. يضاف الدقيق ويتابع الطهو مع التحريك حتى تظهر الفقاقيع على سطح المزيج ويتكثف. تضاف المرقة والماء تدريجياً ويطهى المزيج مع التحريك حتى يصل إلى الغليان. يغلى المزيج على نار هادئة لمدة ٢٠دقيقة من دون غطاء. يضاف بعدها الحمص والبندورة المفرومة غير المصفاة. يغلى المزيج على نار هادئة لمدة ١٠ دقائق من دون أي غطاء. يضاف الدجاج والليمون ويترك المزيج على النار حتى يسخن تماماً. تضاف الكزبرة الطازجة مباشرة قبل تقديم الحساء. يقدم الحساء مع الفتوش الطازج.

كبة أرنبية

الكمية

كيلوغرام من لحم العجل أو البقر المطحون للكبة

٤ أكواب من البرغل

كوب من السميد

بصلة صغيرة مبشورة

ملعقة صغيرة من الملح أو أكثر حسب الحاجة

ربع ملعقة صغيرة من البهار الأسود

ربع ملعقة صغيرة من البهار الحلو

ربع ملعقة صغيرة من القرفة.

الصلصة

كيلوغرام من البصل المقطع إلى شرائح

كيلوغرام من الطحينة (معجون السمسم)

نصف كوب من الزيت لقلي البصل

كوبان من عصير البرتقال المصفى

٣ أكواب من عصير المندرين المصفى

٤ أكواب من عصير بوصفير المصفى

نصف كوب من عصير الليمون المصفى

٢ إلى ٣ ملاعق طعام من دبس الرمان

ملعقة طعام من الخل

٣ أكواب من الماء

ملعقة طعام من الملح.

التحضير

يخلط البرغل مع السميد، والملح، والتوابل، والبصل واللحم في خلاط الطعام للحصول على عجينة كبة متماسكة، لينة ودبقة. يمكن إضافة المزيد من الماء إليها عند الحاجة.

تقرص عجينة الكبة إلى كرات صغيرة بحجم حبات الجوز أو أكبر قليلاً. تفتح فجوة وسط كل قرص كبة بواسطة الإصبع على أن يصبح شكل قرص الكبة بيضوياً وفارغاً من الداخل وتلف الفجوة.

تصف أقراص الكبة الفارغة بالقرب من بعضها البعض، ثم تقلى على دفعات في الزيت حتى تشقرّ وتصبح هشة.

لتحضير الصلصة، توضع الطحينة في قدر وتذوب بالماء. يضاف إليها عصير مختلف أنواع الحمضيات المذكورة. يحرك المزيج بملعقة خشبية. يضاف إليه الملح والخل ودبس الرمان.

يسخن نصف كوب من الزيت في مقلاة غير لاصقة ويقلى فيه البصل حتى يشقرّ. يضاف الماء ويطهى البصل لمدة ٣٠ إلى ٣٥ دقيقة حتى ينضج تماماً.

يهرس البصل في الخلاط وتخلط هذه الهريسة مع صلصة الطحينة. توضع الصلصة على نار متوسطة وتطهى لمدة ٢٥ إلى ٣٠ دقيقة مع التحريك المستمر حتى تغلي الصلصة ويطفو زيت السمسم على سطحها. تضاف أقراص الكبة المقلية إلى الصلصة وتحرك بعناية للحؤول دون التصاق الأقراص في قعر القدر. يطهى محتوى القدر لمدة ٥ إلى ١٠ دقائق.

تسكب الكبة أرنبية في طبق عميق وتزين بالبقدونس المفروم والصنوبر المقلي وتقدم مع الأرز الأبيض المسلوق.

ملاحظة: يجب عصر الحمضيات بعناية لتفادي انتقال مرارة القشور إلى العصير. يمكن حشو أقراص الكبة باللحم المفروم والبصل والتوابل بحسب الرغبة.

بيرياني باللحم

الكمية

كيلوغرام من لحم البقر أو الغنم المقطع إلى مكعبات

رأسان صغيران من الفليفلة الحمراء الحريفة مفرومان ناعماً

ملعقتان صغيرتان من الكزبرة المطحونة

ملعقتان صغيرتان من الكمون

نصف ملعقة صغيرة من العقدة الصفراء

ملعقتا طعام من الخل الأبيض

ثلث كوب من اللبن

كوبان من الأرز البسمتي

ملعقتا طعام من السمنة

بصلتان كبيرتان مفرومتان ناعماً

عودا قرفة

٤ حبات هال مدقوقة

كوبان وربع الكوب من مرقة لحم البقر

ثلث كوب من الزبيب

كوب من اللوز المقشر والمحمص.

التحضير

يخلط لحم البقر مع الفليفلة الحريفة، والتوابل المطحونة، والخل واللبن في وعاء متوسط الحجم. يغطى المزيج ويحفظ في الثلاجة لمدة ساعة. يوضع الأرز في وعاء متوسط الحجم ويغمر بالماء البارد. يترك لمدة ٣٠ دقيقة ثم يصفى جيداً. تسخن السمنة أو الزبدة في قدر كبيرة ويقلى فيها البصل مع عوديّ القرفة وحبات الهال حتى يحمرّ البصل قليلاً. يضاف مزيج اللحم وتغطى القدر ويترك محتواها يغلي برفق لمدة ساعة كاملة، مع التحريك المستمر، حتى ينضج اللحم. يضاف الأرز والمرقة إلى مزيج اللحم ويغلى الكل على النار وهو مغطى، مع التحريك بين الحين والآخر، لمدة ١٠ دقائق أو حتى ينضج الأرز. يرمى عودا القرفة ويضاف الزبيب والبندورة (في حال استعمالها) إلى محتوى القدر. تترك القدر مغطاة لمدة ١٠ دقائق. مباشرة قبل التقديم، تضاف المكسرات إلى محتوى القدر. يقدم الطبق بعد تزيينه بقطع اللحم واللوز.

ملاحظة: يمكن إضافة رأسين من البندورة مقطعين إلى مكعبات صغيرة مع ربع كوب من أوراق الكزبرة الطازجة وكوب من البازيلا المجلدة. كما يمكن استعمال توابل البيرياني بدل كل التوابل المذكورة أعلاه.

داوود باشا

الكمية تكفي ٥ أشخاص

كيلوغرام من اللحم المفروم ناعماً

ملعقة صغيرة من الملح

ملعقة صغيرة من البهار الحلو

نصف ملعقة صغيرة من البهار الأسود

بيضة واحدة

٣ بصلات متوسطة الحجم مقطعة إلى شرائح رقيقة

قشرة ليمونة واحدة

عود قرفة صغير

ربع كوب من معجون البندورة (الطماطم) وكوب ونصف الكوب من الماء أو كوبان من صلصة البندورة الجاهزة

ربع كوب من الزيت لقلي كرات اللحم.

التحضير

يخلط اللحم مع الملح والتوابل والبيضة. تغمس اليدان في الماء ويقرص مزيج اللحم إلى كرات صغيرة بحجم حبات الكرز.

يسخن الزيت في مقلاة. تقلى فيه شرائح البصل حتى تذبل وتشقرّ (من دون أن تحمرّ وتصبح هشة). تضاف بعدها كرات اللحم تدريجياً إلى البصل المقلي ويتابع القلي حتى ينضج اللحم. يذوب معجون البندورة في الماء ويسكب فوق مزيج اللحم والبصل. يرش الملح حسب الحاجة. يضاف قشر الليمون وعود القرفة وتغطى القدر وتترك على نار خفيفة لمدة ١٥ دقيقة إضافية. يقدّم داوود باشا مع الأرز بالشعيرية.

حريرة

الكمية تكفي ٦ أشخاص

- كوب من الحمص اليابس
- نصف كيلوغرام من لحم الغنم عظم الكتف
- ملعقتا طعام من زيت الزيتون
- ١٠ أكواب من الماء
- بصلة كبيرة مفرومة خشناً
- ملعقتان صغيرتان من الزنجبيل المطحون
- ملعقة طعام من الكمون المطحون
- ملعقة صغيرة من القرفة
- ملعقتان صغيرتان من الكزبرة المطحونة
- رشة من خيوط الزعفران
- ٣ عيدان كرفس مفرومة خشناً
- ٧ رؤوس بندورة متوسطة، منظفة من البذور ومفرومة خشناً
- نصف كوب من العدس الأسمر
- ربع كوب من أوراق الكزبرة الطازجة المفرومة.

التحضير

ينقع الحمص في الماء البارد طوال الليل ثم يصفى. يقطع اللحم إلى قطع من ٢-٣ سم.
يسخن الزيت في مقلاة كبيرة ويقلى فيه البصل حتى يذبل. تضاف من ثم التوابل ويتابع الطهو مع التحريك لمدة دقيقتين. يضاف اللحم والكرفس ويتابع الطهو لمدة دقيقتين أو حتى يتغلف اللحم بالتوابل. تضاف البندورة ويطهى المزيج مع التحريك طوال ١٠ دقائق أو حتى تنضج البندورة قليلاً.
يضاف عندئذ الماء والحمص المصفى. يغلى كل الخليط على نار هادئة بعد تغطية القدر لمدة ساعة ونصف الساعة حتى ينضج اللحم تماماً، مع ضرورة تحريك الخليط بين الحين والآخر.
يضاف بعدها العدس ويطهى الكل في قدر مغطاة لمدة ٣٠ دقيقة أو حتى ينضج العدس.
مباشرة قبل التقديم، تضاف الكزبرة الطازجة إلى الحساء.

ورق عنب بالزيت

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

- كوبان من البصل المفروم
- كوبان من الأرز القصير الحبة المغسول والمصفى
- ملعقتا طعام من البقدونس المفروم
- كوب من زيت الزيتون
- ملعقة طعام من معجون البندورة (الطماطم)
- نصف ملعقة صغيرة من البابريكا
- نصف ملعقة صغيرة من السبع بهارات
- ملعقة صغيرة من السكر، عصير ليمونتين
- نصف كوب من الصنوبر، ملعقة صغيرة من الملح
- أوراق عنب طازجة أو محفوظة،
- جزرتان مقطعتان إلى دوائر.

التحضير

يسخن زيت الزيتون ويقلى فيه البصل حتى يذبل. ترفع القدر عن النار ويضاف إليها الأرز، ومعجون البندورة، والبابريكا، والسبع بهارات، وعصير الليمون، والملح، والسكر، والبقدونس، والصنوبر. تغسل أوراق العنب الطازجة وتغمر في الماء المغلي لبضع دقائق، ثم تشطف بالماء البارد. وفي حال استعمال أوراق العنب المحفوظة في الملح، يجب شطفها بالماء البارد الجاري من الصنبور للتخلص من فائض الملح أولاً.
توضع كل ورقة عنب على الطاولة على أن تكون الجهة اللامعة إلى الأعلى. يوضع مقدار ملعقة صغيرة من الحشوة على طرف الورقة ثم تلف الورقة فوق الحشوة مع ضرورة طي الطرفين إلى الداخل. تكرر العملية نفسها مع أوراق العنب الأخرى حتى الانتهاء من كل الحشوة.
تصف دوائر الجزر في قعر قدر كبيرة وتوضع فوقها أوراق العنب المحشوة. يسكب كوب أو كوبان طعام من الماء فوق ورق العنب وتطهى القدر على نار متوسطة. حين يبدأ السائل بالغليان، يضاف القليل من الملح ويوضع طبق صغير فوق أوراق العنب لفرض الوزن عليها. تخفف النار ويطهى ورق العنب حتى ينضج تماماً.
يترك ورق العنب ليبرد في القدر، ثم يقلب محتوى القدر بعناية فوق طبق التقديم ويزين بالجزر وشرائح الليمون.
يقدم الطبق بارداً أو فاتراً.

معمول العيد

الكمية تكفي ١٠ إلى ١٢ شخصاً

٤ أكواب من السميد، كوب من طحين الفرخة

كوبان من الزبدة والسمنة، نصف ملعقة صغيرة من الخميرة الفورية

نصف ملعقة صغيرة من المحلب، ربع كوب من ماء الورد

ربع كوب من ماء الزهر.

حشوة اللوز أو الفستق

كوبان من اللوز أو الفستق أو الجوز المطحون وسطاً

ربع كوب من السكر، ملعقة طعام من ماء الزهر

ملعقة صغيرة من القرفة.

التحضير

يخلط السميد مع طحين الفرخة والخميرة ومزيج الزبدة والسمنة. يترك الخليط ليرتاح طوال الليل.

يخلط ماء الورد مع ماء الزهر في وعاء. تبلل اليدان باستمرار في مزيج ماء الورد وماء الزهر لترطيب خليط السميد والفرخة أثناء دعكه للحصول على عجينة لينة وإنما لا تلتصق باليدين. يجب أن تكون عجينة المعمول بقوام عجينة الكبة. تترك العجينة مغطاة بفوطة رطبة لمدة ساعتين حتى ترتاح.

تدعك العجينة مرة جديدة وإذا كانت قاسية وغير قابلة للدعك، يضاف إليها القليل من ماء الورد وماء الزهر أو الماء العادي (ولكن ليس الكثير). تحضر الحشوة بخلط اللوز أو الفستق مع السكر والقرفة وماء الزهر. تقرص العجينة إلى كرات صغيرة بواسطة اليدين المبللتين بالماء، ثم تحشى بملعقة واحدة أو اثنتين من الحشوة وتختم الأقراص جيداً على شكل كرات.

تغمس هذه الكرات المحشوة في طحين الفرخة ثم يضغط عليها في قوالب خشبية خاصة بالمعمول للحصول على الأشكال المطلوبة من المعمول.

يرش القليل من السميد في صينية الخبز وتصف فيها قطع المعمول قبل خبزها في فرن حرارته ٣٧٥ إلى ٤٠٠ درجة فهرنهايت حتى تصبح حواف المعمول وردية اللون. تترك قطع المعمول جانباً لتبرد تماماً، ثم يرش عليها السكر الناعم وتقدم.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

النودلز الشفاف مع شرائح السمك

الكمية تكفي ٦ أشخاص

- ٥٠٠غ من النودلز الشفاف المستخرج من براعم الصويا
- رأسان من الكوسا مقطعان إلى شرائح طويلة ورفيعة
- رأسان من الفيلفلة الخضراء مقطعان إلى عيدان رفيعة
- رأسان من الفليفلة الحمراء مقطعان إلى عيدان رفيعة
- رأس من الفلفل الأصفر مقطع إلى عيدان رفيعة
- ٢ إلى ٣ جزرات مقطعة إلى عيدان رفيعة
- رأسان من الكراث مقطعان إلى عيدان رفيعة
- ٢إلى ٣ فصوص ثوم مهروسة
- ربع كوب من الزيت لقلي الخضار
- ٦ شرائح من سمك الهامور أو اللقز، وزن كل منها ١٥٠ إلى ١٧٥ غ.

التحضير

ينقع النودلز الشفاف في الماء البارد أو الفاتر لمدة ٣٠ إلى ٤٥ دقيقة حتى يصبح طرياً، ثم يغسل ويصفى في مصفاة.
يسخن الزيت في قدر وتقلى فيه عيدان الخضار والثوم حتى تنضج قليلاً.
تسلق شرائح السمك في غلاية الخيزران أو يمكن قليها في الزيت حسب الرغبة.
يخلط النودلز مع الخضار ومقدار ملعقتيّ طعام من صلصة المحار. يقدم طبق النودلز مع شريحة سمك.

الدجاج مع الكاري وا لأناناس

الكمية
كيلوغرام من لحم الدجاج المقطع إلى عيدان رفيعة
علبة من الأناناس المقطع إلى مكعبات
ربع كوب من الزيت النباتي
ملعقة طعام من الزبدة.

الصلصة

صفار بيضتين
ملعقة صغيرة من الخردل
ملعقة طعام من عصير الليمون
فصان من الثوم
ملعقة طعام من مسحوق الكاري
ثلثا الكوب من الزبدة المذوبة
بصلة متوسطة مفرومة
ثلاثة أرباع الكوب من عصير الأناناس (الموجود في العلبة)
٣ إلى ٤ ملاعق طعام من الكريما الطازجة
ملعقة صغيرة من البابريكا
ملح وبهار أبيض حسب الذوق.

التحضير

يسخن الزيت مع الزبدة في القدر وتقلى قطع الدجاج برفق من دون إفراط. تضاف مكعبات الأناناس المصفاة وتقلى مع الدجاج. يخفق صفار البيض مع مسحوق الكاري وعصير الليمون والخردل في خلاط الطعام. تذوب الزبدة في قدر ويقلى فيها البصل والثوم حتى يذبلا. يسكب البصل والثوم مع الزبدة ببطء فوق مزيج صفار البيض القشدي فيما لا يزال الخلاط قيد العمل. يتابع الخفق للحصول على صلصة سميكة. يوقف الخلاط الكهربائي ويضاف عصير الأناناس والكريما الطازجة وقطع الدجاج المقلية ومكعبات الأناناس إلى الصلصة. يخلط الكل جيداً. يقدم هذا المزيج مع الأرز بالزعفران.

ملاحظة: إذا كانت الصلصة سميكة، يضاف القليل من مرقة الدجاج إليها. كما يمكن مضاعفة حجم الصلصة إذا كنت تحبين الصلصة كثيراً.

فطائر باللحم

الكمية تكفي ٨ أشخاص
علبة من عجينة الفايلو (رقاقات البقلاوة)
٧٥٠غ من اللحم المفروم وسطاً
ملعقة صغيرة من الملح
ملعقة صغيرة من السبع بهارات
ربع ملعقة صغيرة من البهار الأسود
نصف ملعقة صغيرة من البهار الأحمر
٣ إلى ٤ ملاعق طعام من دبس الرمان
بصلة متوسطة مفرومة
ربع كوب من السمنة أو الزيت النباتي
٤ إلى ٥ ملاعق طعام من الزبدة المذوبة
نصف كوب من الصنوبر.

التحضير

يسخن الزيت في مقلاة ويقلى فيه الصنوبر ثم يرفع ويوضع جانباً. يقلى البصل في الزيت نفسه حتى يذبل. يضاف إليه اللحم والملح ويتابع القلي حتى يتغير لون اللحم وينضج ويمتص كل العصارة.
تضاف التوابل وصلصة دبس الرمان إلى اللحم ويتابع الطهو حتى امتصاص كل الصلصة. يضاف حينها الصنوبر المقلي وتترك الحشوة جانباً لتبرد.
تفتح رقاقة فايلو وتدهن بالزبدة. تسكب ملعقة طعام من الحشوة على جانب واحد من كل رقاقة. تلف الرقاقة على شكل مستطيل مع ضرورة إقحام الطرفين إلى الداخل مثل الظرف.
يدهن سطح المستطيل المحشو بالمزيد من الزبدة قبل وضعه في صينية غير لاصقة مدهونة بالقليل من الزيت.
تخبز الصينية في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى تصبح الفطائر وردية اللون.
تقدم الفطائر فاترة مع اللبن والسلطة الخضراء.

الدجاج بالفطر والفيتوتشيني

الكمية تكفي ٦ أشخاص

- ملعقة طعام من زيت الزيتون
- ٢٠غ من الزبدة
- فص ثوم مهروس
- ٦ صدور دجاج
- ٥٠٠غ من معكرونة الفيتوتشيني
- بصلة مفرومة
- مكعب من مرقة الدجاج مفتت
- نصف كوب من الماء
- كوبان من الكريما الطازجة
- ٦ إلى ٨ حبات من الفطر الطازج مقطعة إلى شرائح
- بصلة متوسطة
- كوب من الجبنة المتنوعة المبشورة.

التحضير

يحمى الزيت والزبدة في قدر. يقلى الدجاج على الوجهين حتى ينضج. يرفع الدجاج من القدر ويحفظ فاتراً. تسلق المعكرونة في قدر كبيرة من الماء المغلي حتى تنضج، ثم تصفى. يعاد تسخين الزيت الذي في القدر ويقلى فيه الفطر والبصل المفروم حتى يذبلا. يضاف حينها مكعب مرقة الدجاج مع الماء. يغلى المزيج ويترك على النار من دون غطاء حتى تتضاءل الصلصة إلى النصف. تضاف إليها الكريما والجبنة ويحرك المزيج حتى تذوب الجبنة. يوزع الدجاج فوق المعكرونة وتسكب فوقه الصلصة.

الدجاج بالأعشاب المعطّرة

الكمية تكفي ٦ أشخاص

- ٦صدور دجاج
- برش ليمونة واحدة
- ملعقة طعام من الأوريغانو
- ملعقة صغيرة من الملح
- نصف ملعقة صغيرة من البهار الأبيض
- نصف كوب من المايونيز
- نصف كوب من الكريما الطازجة
- ملح
- ٤ فصوص ثوم مهروسة
- بصلة متوسطة مفرومة ناعماً
- ربع ملعقة صغيرة من البهار الأبيض.

التحضير

يخلط المايونيز مع الكريما الطازجة، وبرش الليمون، والأوريغانو، والبصل، والثوم، والبهار الأبيض، والقليل من الملح (لأن المايونيز يحتوي على الملح). تنقع صدور الدجاج في هذا المزيج وتغطى وتترك في الثلاجة لمدة ٢٤ ساعة. تدهن صينية غير لاصقة بالقليل من الزيت وتصف فيها صدور الدجاج قبل خبزها في الفرن. تقلب صدور الدجاج مرة واحدة أثناء الخبز حتى تنضج على الوجهين. تقدم صدور الدجاج المشوية مع الكوسا والجزر والبطاطا المسلوقة والمقلية في القليل من الزبدة.

ملاحظة: يمكن شواء صدور الدجاج على الفحم حسب الذوق.

أعشاش الدجاج مع بوريه البطاطا

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

- نصف كيلوغرام من لحم صدر الدجاج المفروم
- بصلة صغيرة مبشورة
- بيضة واحدة
- نصف كوب إلى ثلاثة أرباع كوب من الكعك المطحون
- ملح وبهار حلو
- ٢إلى ٣ ملاعق طعام من الزبدة المذوبة
- نصف ملعقة صغيرة من البابريكا.

الحشوة

- رأس إلى رأسين من البطاطا المتوسطة الحجم، مسلوقة ومهروسة
- بيضة واحدة
- ملعقة طعام من الزبدة
- ربع كوب من الحليب أو الكريما
- رأسان من البصل الأخضر المفروم
- كوب من الجبنة المبشورة
- ملح وبهار أبيض
- بقدونس مفروم للزينة.

التحضير

يقرص الدجاج المفروم الى كرات وتحوّل هذه الكرات إلى شكل أكواب مفتوحة وعميقة كفاية. تصف "أعشاش" الدجاج في صينية مدهونة بالزيت وتدهن بالزبدة ثم تخبز لمدة ٧ دقائق في فرن محمى مسبقاً. تخرج الصينية من الفرن وتحشى أعشاش الدجاج بهريسة البطاطا ثم ترش فوقها الجبنة المبشورة وتخبز مجدداً في الفرن حتى تذوب الجبنة. تخرج الصينية من الفرن ويرش البصل الأخضر المفروم والبقدونس المفروم فوق أعشاش الدجاج المحشوة. تسكب أيضاً الزبدة المذوبة وترش البابريكا فوق كل عش دجاج. يقدم هذا الطبق مع البطاطا أو الخضر المقلية.

للحشوة

تخلط البطاطا المهروسة مع البيضة والزبدة والحليب. يوضع هذا المزيج في كيس حلويات له رأس زخرفي ويسكب على شكل براعم في أعشاش الدجاج.

سلطة الشيف

الكمية تكفي ٤ أشخاص

خسة آيسبرغ مقطعة

نصف كوب من الجبنة السويسرية المبشورة

٥ إلى ٦ شرائح من الجامبون البقري

٥ إلى ٦ شرائح من جبنة الغرويار

رأسان من البندورة (الطماطم)

حبتان من الخيار.

التحضير

تخلط كل الخضار مع بعضها في طبق السلطة. تلف شرائح الجامبون البقري بشرائح جبنة الغرويار على شكل سجائر ثم تقطع إلى شرائح. توزع شرائح الجبنة والجامبون فوق السلطة. يخلط الخردل مع المايونيز والعسل والكريما الطازجة. يضاف عصير الليمون والفلفل الأبيض. يضاف من ثم القليل من الماء لترقيق الصلصة عند الضرورة.

تسكب الصلصة فوق السلطة مباشرة قبل التقديم.

سلطة القيصر

الكمية تكفي ٤ أشخاص

خسة آيسبرغ أو خسة عادية مغسولة ومصفاة ومقطعة

صدرا دجاج مشويان أو مسلوقان ومقطعان

صلصة السلطة

٤ ملاعق طعام من عصير الليمون

٤ ملاعق طعام من عصير البرتقال

ملعقتا طعام من الكريما الطازجة

٢ إلى ٣ قطع من شرائح سمك الأنشوفة

فصا ثوم مبشوران

ملعقة طعام من الكبّار

ربع ملعقة صغيرة من البهار الأبيض

٣ ملاعق طعام من جبنة البارميسان المبشورة.

مكعبات الخبز

فصا ثوم مبشوران

ربع كوب من زيت الزيتون

٦ قطع من التوست الأبيض

ربع كوب من جبنة البارميسان.

التحضير

تخلط قطع الدجاج مع قطع الخس في طبق سلطة كبير. يخلط عصير الليمون مع عصير البرتقال، والكريما الطازجة، وشرائح سمك الأنشوفة، والثوم، والكبّار، والبهار الأبيض، وجبنة البارميسان للحصول على الصلصة. لتحضير مكعبات الخبز، تزال القشرة عن قطع التوست ويقطع اللب إلى مكعبات. يخلط الثوم مع زيت الزيتون ويسكب فوق مكعبات الخبز. تخبز المكعبات في الفرن حتى تصبح وردية اللون. يطفأ الفرن وتترك مكعبات الخبز داخله حتى تجف. تخرج بعدها من الفرن وتنثر فوقها جبنة البارميسان. تسكب الصلصة فوق سلطة الخس والدجاج، ثم توزع مكعبات الخبز في الأعلى.

سلطة الخضار بالمعكرونة

الكمية تكفي ٤ أشخاص

٢٠٠غ من معكرونة بيني qənuə

كوب من جبنة التشيدار المقطعة إلى مكعبات

كوب من الخس المقطع إلى شرائح رقيقة جداً

كوب من البندورة (الطماطم) المقطعة إلى مكعبات صغيرة

نصف كوب من الفليفلة الخضراء المقطعة إلى مكعبات صغيرة

نصف كوب من الذرة

كوب من البروكولي المسلوق

٣ إلى ٤ ملاعق طعام من المايونيز أو أكثر حسب الحاجة

ملعقة صغيرة من الخردل

ربع ملعقة صغيرة من البهار الأبيض

ملعقة طعام من الصلصة الحريفة

٢ إلى ٣ ملاعق طعام من عصير الليمون.

التحضير

تسلق المعكرونة وتصفى ثم تشطف بالماء البارد وتترك في مصفاة.

تخلط بقية المكونات مع بعضها ثم تضاف إلى المعكرونة وتخلط معها. يرش الملح حسب الحاجة.

يسكب الخليط في طبق التقديم ويقدم بمثابة نوع لذيذ من السلطة.

تطلي أبيض وشوكولا

الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص

مكونات الكاسترد (تطلي) الأبيض

ملعقة طعام من مسحوق الكاسترد

كوبان من الحليب

ملعقتا طعام من السكر.

مكونات كاسترد الشوكولا

ملعقة طعام من مسحوق الكاسترد

كوبان من الحليب

ملعقتا طعام من السكر

٥٠غ من الشوكولا السوداء.

التحضير

تخلط ملعقة طعام من مسحوق الكاسترد مع ربع كوب من الحليب. يضاف السكر إلى بقية الحليب ويوضع على النار حتى الغليان. يسكب الحليب المغلي فوق الكاسترد الممزوج بالحليب، مع التحريك المستمر، ثم يعاد المزيج إلى النار ويطهى لبضع دقائق إضافية. ترفع القدر عن النار ويسكب محتواها في أكواب الكاسترد، على أن يمتلئ كل كوب حتى النصف فقط. تترك أكواب الكاسترد جانباً لمدة ١٠ دقائق حتى تجمد .يحضر الكاسترد بالشوكولا بالطريقة نفسها، على أن يخلط ٥٠ غ من الشوكولا السوداء مع الكاسترد الساخن .يسكب الكاسترد بالشوكولا فوق الكاسترد الأبيض بعناية وتترك الأكواب جانباً لتبرد.

تغطى الأكواب وتحفظ في الثلاجة حتى تجمد .للتقديم، يقلب محتوى كل كوب فوق طبق التقديم ويزين ببعض الفاكهة الطازجة، مثل الفراولة والموز، والكريما المخفوقة، وصلصة الشوكولا.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

الدجاج المكسيكي

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

٦ قطع دجاج (أفخاذ وصدور) مع جلدها مقطعة إلى ١٢ قطعة صغيرة
بصلة متوسطة مفرومة ناعماً
٤ إلى ٥ فصوص ثوم مهروسة
٣إلى ٤ رؤوس بندورة (طماطم) مفرومة
رأس فليفلة أخضر مقطع إلى عيدان رفيعة
رأس فليفلة أحمر مقطع إلى عيدان رفيعة
رأس فليفلة أصفر مقطع إلى عيدان رفيعة
جزرتان مقطعتان إلى عيدان رفيعة
رأس فليفلة أخضر حريف مفروم
كوب من الذرة
ملعقة صغيرة من الملح
نصف ملعقة صغيرة من البابريكا
ملعقة طعام من معجون البندورة (الطماطم)
كوبان من صلصة البندورة الجاهزة
نصف ملعقة صغيرة من البهار الأسود
ملعقة صغيرة من البهار الحلو
زيت لقلي الدجاج والخضار.

التحضير

يسخن الزيت في قدر وتقلى فيه قطع الدجاج حتى تشقرّ، ثم ترفع بواسطة ملعقة ذات ثقوب وتترك جانباً.
في الزيت نفسه، يقلى البصل والثوم حتى يذبلا. تضاف البندورة المفرومة، وعيدان الفليفلة الخضراء والصفراء والحمراء، والفليفلة الحريفة، والذرة، والملح، والتوابل، ومعجون البندورة والبابريكا.
تضاف قطع الدجاج وتخلط مع صلصة البندورة.
تغطى القدر وتترك على النار حتى ينضج الدجاج وتتكثف الصلصة قليلاً.
يقدم الطبق مع الخضار والأرز الأبيض.

الدجاج مع الخضار

الكمية

٤ ملاعق طعام من زيت السمسم

جزرتان مقطعتان

نصف كيلوغرام من لحم الدجاج المقطع

٤ إلى ٥ حبات من الفطر الصيني المنقوع في الماء

كوب من براعم الخيزران (علبة)

بصلتان متوسطتان مقطعتان إلى شرائح سميكة

ملعقة صغيرة من صلصة المحار (oyster sauce)

ملعقتا طعام من الخل

مكعب من مرقة الدجاج

نصف كوب من الماء

ملعقة صغيرة من الزنجبيل الطازج المبشور

٣ إلى ٤ ملاعق طعام من صلصة الصويا

فصا ثوم مقطعان إلى شرائح رقيقة

ملعقة طعام من دقيق الذرة + ملعقتا طعام من الماء.

التحضير

تسطح قطع الدجاج مثل الإسكالوب ثم تقطع إلى قطع صغيرة. تنقع حبات الفطر الصيني في الماء الفاتر ثم تصفى وتقطع إلى قطع متوسطة الحجم.

تسخن ٢ إلى ٣ ملاعق طعام من زيت السمسم في مقلاة غير لاصقة وتقلى فيها قطع الدجاج لبضع دقائق، ثم ترفع من المقلاة.

تضاف ملعقتا طعام من الزيت إلى المقلاة ويقلى فيها الثوم مع الزنجبيل لبضع دقائق. تضاف بعدها شرائح البصل، والفطر المفروم، وشرائح الجزر.

يقلى الكل على نار قوية جداً لتفادي خروج العصارة من الخضار أو اللحم.

تضاف صلصة المحار والخل وصلصة الصويا. يخلط الكل جيداً.

يذوب مكعب المرقة في نصف كوب من الماء ويضاف إلى المزيج أعلاه. تضاف من ثم قطع اللحم.

أخيراً، يضاف دقيق الذرة مع ملعقتي طعام من الماء. يطهى الكل على النار حتى الحصول على مزيج رطب من الدجاج والخضار.

يقدم الطبق مع الأرز المسلوق.

كباب تيكا بالدجاج

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

كيلوغرام من لحم الدجاج المقطع إلى مكعبات

٣ فصوص ثوم مهروسة

ملعقة صغيرة من الملح

ملعقتا طعام من عصير الليمون

نصف ملعقة صغيرة من البهار الأبيض

ملعقة طعام من الزنجبيل الطازج المبشور

ملعقتان صغيرتان من الكزبرة اليابسة

ملعقة صغيرة من الكمون

نصف ملعقة صغيرة من غارام ماسالا (بهارات هندية)

نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر الحريف

نصف ملعقة صغيرة من الكركم

ملعقتان صغيرتان من معجون البندورة (الطماطم)

٣ إلى ٤ ملاعق طعام من المايونيز

خضار متنوعة (فليفلة خضراء وحمراء، ذرة، فطر)

التحضير

تخلط كل التوابل المذكورة أعلاه مع بعضها وتضاف إلى مكعبات الدجاج. تغطى مكعبات الدجاج وتترك منقوعة في التوابل لمدة ٢٤ ساعة في الثلاجة.

تغرز مكعبات الدجاج في أسياخ الشواء بالتناوب مع أنواع مختلفة من الخضار (مثل الفطر، والذرة، والفليفلة الخضراء والحمراء، والبصل الصغير).

تشوى الأسياخ على النار وتقدم مع صلصة الثوم.

ملاحظة: غارام ماسالا هو مزيج من التوابل الهندية يتألف من الهال، والكزبرة، والكمون، والشمار. أما الغارام ماسالا الحريف فيحتوي أيضاً على الفلفل الأحمر والأسود الحريف.

السلطة اليونانية

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

٣ إلى ٤ رؤوس بندورة (طماطم) حمراء وجامدة مقطعة إلى مكعبات

٢ إلى ٣ حبات خيار مقطعة إلى شرائح

خسة واحدة مفرومة ناعماً

بصلة بيضاء مقطّعة إلى شرائح رقيقة

رأس فليفلة أخضر مقطّع إلى مكعبات

رأس فليفلة أحمر مقطّع إلى مكعبات

٢٠٠غ من جبنة الفيتا المقطّعة إلى مكعبات

٨ ملاعق طعام من الخل أو عصير الليمون

٨ ملاعق طعام من زيت الزيتون

١٥٠غ من الزيتون الأسود الخالي من النوى

باقة من أوراق الأوريغانو الطازج

رأسان من البصل الأخضر

ملح حسب الذوق.

التحضير

تغسل كل الخضار جيداً ثم تجفف. تقطع البندورة إلى شرائح وتوضع في طبق السلطة. يضاف إليها الخيار، والخس، والبصلة، والأوريغانو، والفليفلة الخضراء والحمراء، والبصل الأخضر والزيتون.

يخلط زيت الزيتون مع الملح والخل أو عصير الليمون والملح. تسكب هذه الصلصة فوق السلطة مباشرة قبل التقديم. توزع مكعبات الفيتا فوق السلطة.

لفائف كبيس الملفوف

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

رأس ملفوف كبير

٣ جزرات مقطعة إلى مكعبات صغيرة

٢ إلى ٣ رؤوس فليفلة خضراء وحمراء حريفة مقطعة إلى مكعبات صغيرة

٣ إلى ٤ فصوص ثوم مفرومة ناعماً

٢ إلى ٣ ملاعق طعام مايونيز أو أكثر حسب الحاجة

كوبان من الجوز أو اللوز المفروم

كوب ونصف الكوب من الزيت النباتي

ثلاثة أرباع الكوب إلى كوب كامل من الخل.

التحضير

تنزع أوراق الملفوفة ثم تقطع ويزال منها العرق الغليظ. تسلق أوراق الملفوف في الماء الساخن لبضع ثوان حتى تطرى قليلاً ثم تشطف بالماء البارد وتوضع في مصفاة. تخلط مكعبات الجزر مع مكعبات الفليفلة، والثوم المفروم، والجوز المطحون وكمية كافية من المايونيز ليصبح المزيج دبقاً. يرش الملح حسب الحاجة. تصف أوراق الملفوف وتحشى كل ورقة بمقدار ملعقة أو ملعقتيّ طعام من هذا المزيج. تلف كل ورقة ملفوف فوق الحشوة، تماماً مثل ورقة العنب.

توضع أوراق الملفوف المحشوة في وعاء زجاجي وتغمر بمزيج الزيت والخل. يترك الوعاء جانباً لمدة يومين إلى ثلاثة أيام حتى يصبح محتواه جاهزاً للأكل. يحفظ الوعاء في الثلاجة قبل التقديم وبعده.

لحوح بالسبانخ

الكمية تكفي ٤ إلى ٦ أشخاص

٤ بيضات

نصف ملعقة صغيرة من الملح

ملعقتا طعام من الزيت

كوبان من الدقيق

الحشوة

نصف كيلوغرام من السبانخ الطازج المسلوق

والمهروس في خلاط الطعام

كوب من الحليب

ملعقتا طعام من الدقيق

ملعقتا طعام من الزبدة

٢٠٠غ من الجبنة المبشورة (المتنوعة)

ملح وجوزة الطيب.

التحضير

يخلط الدقيق مع الحليب، والبيض، والزيت والملح في وعاء عميق. يخفق المزيج بالخلاط الكهربائي ليصبح ناعماً ثم يترك ليرتاح ساعة كاملة في الثلاجة. تسخن مقلاة غير لاصقة وتدهن بالقليل من الزيت.

يسكب فيها مقدار ملعقتي طعام من المزيج المحضر. يوزع المزيج على كل المقلاة ويقلى جيداً على الوجه الأول قبل قلبه على الوجه الآخر وطهوه حتى تظهر الفقاقيع.

تحشى قطع اللحوح (الكريب) المحضرة بملعقتي طعام من حشوة السبانخ ثم تصف في صينية وتخبز في الفرن لمدة ٢٠ دقيقة قبل تقديمها ساخنة.

لتحضير الحشوة، تسخن الزبدة في قدر ويضاف إليها الدقيق ويخلط معها على النار لبضع دقائق.

يضاف الحليب وهريسة السبانخ مع الملح وجوزة الطيب والجبنة المبشورة للحصول على مزيج سميك.

يتابع طهو الحشوة على النار حتى تتكثف وتذوب الجبنة.

تورتة البسكويت والشوكولا

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

- كوب من الحليب
- ملعقتا طعام من الدقيق
- ملعقة طعام من دقيق الذرة
- كوب من السكر الناعم فانيلا
- ٤ موزات
- ١٠٠غ من الشوكولا نصف الحلوة
- ٢٠٠غ من البسكويت العادي
- ملعقتا طعام من مسحوق الكاكاو
- برش نصف ليمونة

التحضير

يخلط الحليب مع الدقيق، ودقيق الذرة والسكر. يطهى المزيج على النار مع التحريك المستمر حتى يتكثف قليلاً. تضاف نصف كمية الشوكولا، ومن ثم مسحوق الكاكاو ويخلط الكل جيداً للحصول على كاسترد الشوكولا. تسكب ربع كمية الكاسترد في قالب جاتوه مستطيل مبطن بورق النايلون اللاصق، وتصف فوقه ٨ قطع بسكويت. تسكب طبقة أخرى من الكاسترد وتغطى بـ٨ قطع أخرى من البسكويت. تكرر العملية نفسها مع طبقة ثالثة من الكاسترد و٨ قطع من البسكويت. تسكب أخيراً الكمية الباقية من الكاسترد. يضغط على محتوى القالب جيداً قبل حفظه في الثلاجة لمدة ٤ إلى ٥ ساعات حتى يجمد. يذوب ٥٠ غ من الشوكولا ويضاف إليه ٥٠ غ من الزبدة المذوبة. يفرغ محتوى القالب الذي كان في الثلاجة فوق طبق التقديم وتنزع عنه ورقة النايلون اللاصق. يدهن سطح الجاتوه وحوافه بصلصة الشوكولا المذوبة. يحفظ الجاتوه في الثلاجة حتى موعد التقديم على أن يتم تزيينه بشرائح الموز مباشرة قبل التقديم لتفادي اسوداد الموز.

تشيزكايك بالفراولة

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

- ٢٠٠غ من بسكويت دايجستيف، مطحون
- نصف كوب من الزبدة المذوبة
- ٣ ملاعق طعام من السكر
- ربع ملعقة صغيرة من القرفة.

الحشوة

- ٤٠٠غ من الجبنة القشدية
- ملعقة طعام ونصف الملعقة من الجيلاتين مذوب في ربع كوب من الماء الفاتر
- كوب ونصف الكوب من الكريما المخفوقة
- كوب من السكر
- صفار بيضتين
- رشة فانيلا
- ملعقة صغيرة من برش الليمون.

التحضير

يخلط البسكويت مع السكر والزبدة والقرفة للحصول على مزيج ناعم. يسكب هذا المزيج في قعر قالب تشيزكايك قطره ٢٤ سم وارتفاعه ٤ سم. يخبز المزيج في الفرن لمدة ١٠ دقائق ثم يخرج ويترك جانباً ليبرد. لتحضير الحشوة، تخلط الجبنة مع السكر وصفار البيض والفانيلا وبرش الليمون في خلاط الطعام للحصول على مزيج ناعم. يضاف الجيلاتين المذوب ويخلط معه، ثم تضاف الكريما المخفوقة. يحرك المزيج بملوق أو شريط معدني حتى الحصول على مزيج ناعم ومتجانس. تسكب هذه الحشوة في قشرة البسكويت الفارغة ويسوى سطحها. يوضع القالب في الثلاجة لمدة ساعتين إلى ثلاث ساعات حتى يجمد محتواه. يفرغ محتوى القالب مباشرة قبل التقديم ويزين بهلام الفراولة، ثم يقطع إلى شرائح ويقدم.
يحفظ التشيزكايك في الثلاجة قبل التقديم وبعده.

ملاحظة: يتوافر هلام الفراولة الخاص بالتشيزكايك في السوبرماركت.

غريبة

الكمية تكفي ١٠ إلى ١٢ شخصاً

- ٤ أكواب من الدقيق
- كوب ونصف الكوب من السكر الناعم
- كوبان من الزبدة المذوبة
- ملعقة طعام من مسحوق الهال
- ٢٥٠غ من اللوز الحجازي.

التحضير

تذوب الزبدة في قدر على النار ويضاف إليها السكر الناعم ويخلط معها حتى يذوب السكر تماماً. تطفأ النار وتترك القدر جانباً. يضاف الدقيق والهال مزيج السكر والزبدة ويخلط جيداً للحصول على عجينة طرية. تقرص هذه العجينة إلى قطع بسكويت على شكل دوائر. توضع نصف حبة لوز وسط كل قطعة بسكويت. تدهن صينية غير لاصقة بالقليل من الزيت وتصف فيها قطع البسكويت على أن تبعد قليلاً عن بعضها. تخبز الصينية في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى تصبح قطع الغريبة وردية اللون. تخرج الصينية من الفرن وتترك لتبرد قبل رفع قطع الغريبة من الصينية، تكون قطع الغريبة طرية على اللمس عند إخراجها من الفرن.

بالوظة بقمر الدين

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

- ٣ أكواب من الحليب
- كوب من الكريما الطازجة
- ٤،٥ ملاعق طعام من دقيق الذرة مذوبة في نصف كوب من الحليب البارد
- ٨ ملاعق طعام من السكر
- ٢٥٠غ من قمر الدين المقطع إلى قطع صغيرة
- ٣ أكواب من الماء الفاتر
- ملعقة صغيرة من ماء الورد
- ملعقة صغيرة من ماء الزهر
- ٣ ملاعق طعام من دقيق الذرة
- قطر سكر بارد
- فستق حلبي مطحون خشناً.

التحضير

يسخن الحليب مع الكريما الطازجة والسكر في قدر على النار. يذوب دقيق الذرة في الحليب البارد ويضاف إلى مزيج الحليب المغلي ويخلط معه بشريط معدني حتى يتكثف ويصبح ناعماً. إنها في الواقع قشطلية شبيهة بالكاسترد. يضاف إليها ماء الورد وماء الزهر بعد رفع القدر عن النار. يسكب هذا المزيج في طبق زجاجي مقاوم للحرارة أو في أطباق كاسترد فردية بحيث يملأ نصفها، ويترك جانباً ليبرد تماماً. ينقع قمر الدين في الماء الفاتر لمدة ٥ إلى ٦ ساعات أو طوال الليل ليتحول إلى مزيج سميك ودبق.
يضاف ٢،٥ إلى ٣ ملاعق طعام من دقيق الذرة إلى قمر الدين ويطهى المزيج على النار مع التحريك المستمر بشريط معدني إلى أن يغلي المزيج ويتكثف ويصبح قوامه مثل الكاسترد بالحليب. إذا كان المزيج كثيفاً جداً، يمكن إضافة القليل من الماء إليه. يسكب قمر الدين فوق الكاسترد البارد بعناية ويترك جانباً ليبرد تماماً. يمكن حفظه في الثلاجة. تزين الأطباق بالفستق المطحون وتقدم باردة مباشرة من الثلاجة.

حلاوة بالدقيق

الكمية تصنع ١٦ إلى ١٨ قطعة تقريباً

- ٢٥٠غ من الزبدة
- كوبان من الدقيق
- كوب من الجوز المطحون
- كوب من السكر
- كوبان من الحليب
- فستق مطحون ولوز للزينة.

التحضير

تسخن الزبدة في قدر عميقة حتى تذوب. يضاف إليها الدقيق ويقلى معها حتى يتغير لونه قليلاً وتفوح رائحة لذيذة منه. يضاف الجوز ويتابع القلي. في وعاء آخر، يخلط الحليب مع السكر. يسكب هذا المزيج فوق الدقيق ويطهى معه على النار حتى يتكثف تماماً يسكب هذا المزيج على شكل كرات صغيرة بواسطة الملعقة أو مغرفة البوظة تصف هذه الكرات في طبق التقديم وتزين بالفستق المطحون واللوز وزهر الليمون يقدم الطبق فاتراً أو في حرارة الغرفة بمثابة نوع لذيذ من الحلوى المحضرة في المنزل.

قطعة جاتوه

تعود موضة جلسة الشاي بعد الظهر ولا شك في أن الجاتوه المنزلي الصنع يجعلها مميزة جداً. إليك سبع وصفات بسيطة تتيح لك إعداد جاتوه شهي الطعم والمنظر.

خاص «لها»: IPC Syndication

جاتوه جينواز بالفاكهة والمربى والكريما

هذا الجاتوه الكلاسيكي معزز بالزبدة ويكتسب لونه الذهبي من البيض الجيد النوعية. يستحسن تناوله في اليوم نفسه للاستمتاع بمذاقه.

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

٥٥ غ من الزبدة المذوبة ومن ثم المبرّدة
١٢٥ غ من الطحين العادي المنخول
٤ بيضات كبيرة
١٢٥ غ من السكر الناعم

للتقديم
١٢٥ غ من مربى التوت الخالي من البذور
٢٠٠ غ من التوت الطازج أو المجلد
١٥٠ مل من الكريما المخفوقة المبرّدة
سكر ناعم

التحضير

يحمى الفرن لغاية ١٨٠ درجة مئوية أو ٣٥٠ درجة فهرنهايت أو غاز رقم ٤.
يدهن قعر وحواف قالبين دائريين قطر كل منهما ٢٠ سم ولهما قعر قابل للفك بمقدار ملعقة صغيرة من الزبدة المذوبة. يبطّن قعر كل قالب بورقة خبز وترش عليها ملعقة صغيرة من الطحين. يرج كل قالب جاتوه قليلاً بحيث يغطي الطحين سطحه.
يخفق البيض مع السكر بواسطة الخلاط الكهربائي في وعاء متوسط الحجم موضوع فوق وعاء من الماء الساخن. يتابع الخفق للحصول على خفيق شبيه بالموس. تسكب فوقه بقية الزبدة المذوبة ويحرك الخليط بملوق بلاستيكي. تضاف من ثم بقية الدقيق ويحرك المزيج ليصبح متجانساً وموحد اللون.
يوزع خليط الجاتوه على القالبين ويخبز كل منهما في الفرن لمدة ٢٥ دقيقة أو حتى يشقرّ الجاتوه ويجمد. يفترض أن تتقلص حواف الجاتوه قليلاً عن القالب. يمرر ملوق بين الجاتوه وحواف القالب ويترك الجاتوه ليبرد في القالبين لمدة ٤٠ دقيقة. يدهن قالب الجاتوه الأول بالمربى وتوزع فوقه حبات التوت. تخفق الكريما لتصبح كثيفة وتدهن فوق الجاتوه. يوضع من ثم القالب الثاني من الجاتوه ويرش عليه السكر الناعم.

جاتوه الشوكولا الفرنسي

مع قوامه الكثيف ومذاقه الغني: لا شك في أنه أطيب جاتوه بالشوكولا.

الكمية تكفي ٨ أشخاص

١٥٠ غ من الزبدة غير المملحة مقطعة إلى مكعبات في حرارة الغرفة
٢٥٠ غ من الشوكولا السوداء المرّة المفتتة
٥ بيضات متوسطة الحجم مفصولة
١٠٠ غ من الدقيق العادي المنخول
١٥٠ غ من سكر الفانيلا أو السكر الناعم مع نصف ملعقة صغيرة من خلاصة الفانيلا
رشتان من الملح
٣٠٠ مل من الكريما المخفوقة المبرّدة
ملعقة طعام من الكاكاو

التحضير

يحمى الفرن لغاية ١٨٠ درجة مئوية أو ٣٥٠ درجة فهرنهايت أو غاز رقم ٤.
يدهن قعر وحواف قالب جاتوه دائري قطره ٢٠ سم له قعر قالب للفك بمقدار نصف ملعقة صغيرة من الزبدة. تذوب الشوكولا في وعاء كبير مقاوم للحرارة موضوع فوق وعاء من الماء المغلي. تضاف بقية الزبدة إلى هذه الشوكولا وتخلط معها لتمتزج بها جيداً. يضاف صفار ٥ بيضات ويحرك المزيج جيداً.
يضاف الدقيق المنخول مع نصف كمية سكر الفانيلا إلى هذا المزيج ولكن من دون أي تحريك.
يخفق بياض البيض في الخلاط الكهربائي مع الملح ليصبح شاحباً وكثير الرغوة. تضاف إليه بقية سكر الفانيلا ويخفق المزيج مجدداً ليصبح جامداً ولامعاً. يضاف خليط السكر والطحين إلى خليط الشوكولا ويحرك المزيج جيداً بواسطة ملوق بلاستيكي. يضاف من ثم بياض البيض المخفوق ويتابع التحريك للحصول على مزيج موحد اللون. يجب عدم الإفراط في تحريك المزيج.
يسكب المزيج في قالب الجاتوه المحضر ويخبز في الفرن لمدة ٢٨ إلى ٣٠ دقيقة، على أن يبقى وسط الجاتوه رخواً بعض الشيء. يترك الجاتوه ليبرد داخل القالب لمدة ١٥ دقيقة قبل رفعه ثم ينقل إلى طبق التقديم ويزين بالكريما المخفوقة والقليل من الكاكاو المنخول.

جاتوه الفاكهة والمرصبان

يستحسن تناول هذا الجاتوه في غضون أسبوع واحد. إذا أردت حفظه لمدة أطول، ضعيه في وعاء كتيم للهواء واتركيه في مكان بارد لغاية شهر كامل.

الكمية تكفي ١٢ إلى ١٦ شخصاً

للجاتوه
٢٥٠ غ من الزبدة الطرية
كيلوغرام من الفاكهة المجففة المتنوعة (زبيب، كشمش، تين، مشمش)
١٠٠ غ من الكرز المسكّر المشطور إلى نصفين
١٠٠ غ من اللوز الكامل المسلوق
٣٠٠ غ من السكر الأسمر الناعم
٥ بيضات متوسطة الحجم
٢٠٠ غ من الدقيق العادي
٢٠٠ غ من الدقيق العادي
١٢٥ غ من الدقيق الذاتي الارتفاخ، نصف ملعقة صغيرة من الملح
ملعقة صغيرة من كل من القرفة وجوزة الطيب والتوابل المتنوعة
٤٥٤ غ من المرصبان الطبيعي غير الملون

للزينة
علبة وزنها ٤٠٠ غ من المرصبان الطبيعي المرقوق
ملعقة طعام من مربى المشمش

التحضير

يحمى الفرن لغاية ١٥٠ درجة مئوية أو ٣٠٠ درجة فهرنهايت أو غاز رقم ٢. يدهن قعر وحواف قالب جاتوه دائري قطره ٢٠ سم عالي الجوانب وله قعر قابل للفك بملعقة صغيرة من الزبدة ويبطّن بورق الخبز.
تخلط الفاكهة المجففة مع الكرز المسكّر واللوز في وعاء كبير بواسطة اليدين. تخفق بقية الزبدة مع السكر لمدة ٤٠ ثانية في خلاط الطعام. يضاف إليها البيض والقليل من الطحين والملح ويتابع الخفق لمدة ٢٠ ثانية إضافية. تضاف بقية الطحين والأنواع الثلاثة من التوابل. يخفق المزيج بشكل متقطع باستعمال الزر Pulse في خلاط الطعام ثم يخفق مجدداً لمدة ٣٠ ثانية متتالية.
يسكب المزيج القشدي القوام فوق خليط الفاكهة ويدعك الكل بواسطة اليدين. تسكب نصف كمية هذا المزيج في قالب الجاتوه المحضر. يرق المرصبان لتصبح سماكته سنتيمتراً واحداً ويقطع على شكل دائرة قطرها ٢٠ سم. توضع دائرة المرصبان فوق الجاتوه ثم تسكب فوقها بقية مزيج الجاتوه. يمهّد سطح الجاتوه وتفتح فجوة صغيرة في وسطه. يخبز الجاتوه في الفرن لمدة ساعة ونصف الساعة.
ترفع حرارة الفرن لتصبح ١٦٠ درجة مئوية أو ٣٢٥ درجة فهرنهايت أو غاز رقم ٣ ويخبز الجاتوه لمدة ٢٠ إلى ٣٠ دقيقة إضافية حتى يصبح مكتنزاً وتفوح منه رائحة طيبة. يترك الجاتوه ليبرد داخل القالب لمدة ساعة، ثم تمرر سكين حول حواف القالب لرفع الجاتوه. يترك الجاتوه ليبرد ٣٠ دقيقة ثم يقلب رأساً على عقب لتزيين الجاتوه. تقطع دائرة قطرها ٢٠ سم من المرصبان الجاهز المرقوق. يدهن سطح الجاتوه بمربى المشمش ثم تلصق عليه دائرة المرصبان. تقطع أشرطة طولها سنتيمتراً واحداً من المرصبان الباقي وتفتل بأشكال جميلة ثم توزع فوق الجاتوه للزينة.

مرانغ القهوة

هذا المرانغ اللذيذ بنكهة القهوة ملفوف حول حشوة من الكريما، ومنكّه بالمكسرات وشراب القهوة.

الكمية تكفي ٨ أشخاص

مكونات الجاتوه
بياض ٤ بيضات كبيرة
رشتان من الملح
٢٢٥ غ من السكر
ملعقة صغيرة من الخل الأبيض
ملعقتان صغيرتان من دقيق الذرة
ملعقتا طعام من القهوة السريعة الذوبان

للحشوة
٣٠٠ مل من الكريما المخفوقة
١٥ مل من شراب القهوة المركز
٤ ملاعق طعام من الجوز المفروم

للزينة
سكر ناعم منخول وقرفة مطحونة
٨ حبات جوز مشطورة إلى نصفين

التحضير

يحمى الفرن لغاية ١٤٠ درجة مئوية أو ٢٧٥ درجة فهرنهايت أو غاز رقم ١. يدهن قالب سويسرول حجمه ٢٣_٣٣ سم بالقليل من الماء ثم يبطن قعره وجانباه بورق خبز، على أن يتدلى ورق الخبز مسافة ١٠ سم فوق الجانبين الطويلين للقالب.

يخفق بياض البيض مع الملح في الخلاط الكهربائي ليصبح كثير الرغوة. يضاف إليه السكر، على دفعات، ويتابع الخفق للحصول على مرانغ لامع وجامد. يسكب فوقه الخل الأبيض ودقيق الذرة ومسحوق القهوة ويتابع الخفق على سرعة بطيئة لمدة ٣٠ ثانية. يسكب المرانغ في قالب الجاتوه المحضر ويخبز في الفرن لمدة ٣٥ إلى ٣٨ دقيقة بحيث يصبح سطحه الخارجي جامداً وإنما غير مقرمش، ويبقى داخله طرياً. يترك الجاتوه ليبرد ١٠ إلى ١٥ دقيقة.

لإعداد الحشوة، تخفق الكريما مع شراب القهوة المركز ونصف كمية الجوز المفروم. ترفع ورقة الخبز من جانب طويل إلى الأعلي بحيث ينحني الجاتوه على شكل L. هذه هي الجهة الواجب لفها أولا. يدهن المرانغ بالحشوة ثم يرفع الجانب نفسه باستعمال ورق الخبز. يفصل المرانغ عن الورق بحيث يلتف الجاتوه على شكل أسطوانة. يتابع اللف للحصول على أسطوانة سميكة مفصولة عن الورق.

ينقل الجاتوه الملفوف إلى طبق التقديم ويزين ببقية الجوز المفروم والسكر والقرفة. يحفظ الجاتوه في الثلاجة ويقدم في اليوم نفسه.

جاتوه البرتقال

هذا الجاتوه الخفيف، المشبع بشراب البرتقال المركز، شائع كثيراً في جلسات الشاي النهمساوية.

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص

مكونات القطر
ملعقتا طعام من برش قشرة البرتقال
ملعقتا طعام من عصير البرتقال الطازج
ملعقتا طعام من عصير الليمون
٦ ملاعق طعام من سكر الفانيلا (أو السكر مع نصف ملعقة صغيرة من خلاصة الفانيلا) ملعقة صغيرة من ماء الزهر
نصف ملعقة صغيرة من خلاصة اللوز
ملعقتا طعام من الفانيلا
ملعقتان صغيرتان من زيت اللوز أو زيت آخر عديم النكهة
٤ بيضات كبيرة، مفصولة
القليل من كريما التارتار
٣٢٥ غ من السكر الأبيض
رشة ملح، ٢٠٠ غ من الزبدة الطرية
ملعقتان صغيرتان من برش البرتقال الناعم
ملعقتا طعام من عصير البرتقال الطازج
٢٠٠ غ من اللوز المطحون، ١٠٠ غ من الدقيق الذاتي الارتفاخ
٢٥٠ غ من الجبنة الطرية

للجاتوه

التحضير

يحمى الفرن لغاية ١٨٠ درجة مئوية أو ٣٥٠ درجة فهرنهايت أو غاز رقم ٤. لإعداد القطر، يخلط برش البرتقال مع سكر الفانيلا وعصير البرتقال وعصير الليمون في قدر على النار حتى يذوب السكر تقريباً، ثم يترك المزيج ليبرد. يضاف إليه ماء الزهر وخلاصة اللوز ويترك القطر جانباً.

يدهن قالب جاتوه دائري قطره ٢٣ سم بزيت اللوز باستعمال فرشاة حلويات صغيرة. لإعداد الجاتوه، يخفق بياض البيض مع كريما التارتار للحصول على مزيج أبيض كثيف. تضاف إليه ثلث كمية السكر ويتابع الخفق. تضاف بقية السكر ويتابع الخفق باستمرار. يضاف صفار البيض ويخفق المزيج بسرعة. يضاف بعدها الملح والزبدة وبرش البرتقال وعصير البرتقال. يخفق الكل على سرعة بطيئة في الخلاط، ثم يضاف الطحين المنخول واللوز. يخفق المزيج مجدداً، على أبطأ سرعة، وتضاف الجبنة الطرية وتحرك مع المزيج بملوق بلاستيكي. يجب عدم الإفراط في التحريك. يسكب مزيج الجاتوه في القالب المدهون بالزيت ويخبز في الفرن لمدة ٤٥ دقيقة أو حتى يشقرّ ويجمد ويصبح منتفخاً. يمكن التأكد من نضوج الجاتوه بغرز عود خشبي في وسطه. يجب أن يخرج العود نظيفاً إذا كان الجاتوه ناضجاً.

يترك الجاتوه ليبرد في القالب ١٥ إلى ٢٠ دقيقة. ينقر على قعر القالب قليلاً ثم على سطحه ويقلب الجاتوه رأساً على عقب قبل التقديم. ينقل الجاتوه إلى طبق التقديم ويحزز في كل تحائه باستعمال عود خشبي. يسكب فوقه القطر وينثر برش البرتقال على شكل زخرفي.

جاتوه الخوخ والتفاح

الفاكهة الطازجة تعطي هذا الجاتوه فواما رطبا رائعا فيما تجعله رشه التوابل ممتازا لجلسة الشاي.

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص

مكونات الطبقة العلوية

ملعقتان صغيرتان من الزبدة
٣ حبات خوخ ناضجة متوسطة الحجم، مع بعض الحبات الإضافية للزينة
٣٠ غ من الزبدة المملحة، ٦٠ غ من السكر الأسمر الناعم، ٦٠ غ من الشوفان الكبير

للجاتوه

تفاحتان كبيرتان، ١٢٥ غ من الزبدة المملحة
٣ بيضات كبيرة مخفوقة
٢٢٥ غ من السكر الناعم الذهبي
٢٤٠ غ من الطحين العادي
ملعقة صغيرة من الباكينغ صودا، ملعقتان صغيرتان من القرفة
ملعقة صغيرة من التوابل المتنوعة
ملعقتا طعام من مربى المشمش
ملعقتا طعام من عصير الليمون

التحضير

يحمى الفرن لغاية ١٨٠ درجة مئوية أو ٣٥٠ درجة فهرنهايت أو غاز رقم ٤. يدهن قالب جاتوه دائري قطره ٢٤ سم بملعقتين صغيرتين من الزبدة. تنزع النوى من حبات الخوخ قبل تقطيعها إلى شرائح. تصف شرائح الخوخ حول قاعدة قالب الجاتوه.

يذوّب ٣٠ غ من الزبدة. يخلط السكر الأسمر مع الشوفان ويضاف إلى الزبدة المذوبة. يسكب هذا الخليط فوق شرائح الخوخ. يبرش التفاح بعد التخلص من بذوره وتذوّب الزبدة. يخفق البيض مع السكر الناعم والزبدة المذوبة وبرش التفاح في الخلاط الكهربائي لفترة قصيرة. يضاف إليه الدقيق والباكينغ صودا والقرفة والتوابل. يحرك الخليط ليمتزج جيداً ولكن من دون إفراط.

يسكب مزيج الجاتوه في القالب ويخبز في الفرن لمدة ٣٠ دقيقة أو حتى يصبح الجاتوه جامدا وداكنا وتفوح منه رائحة طيبة. يترك الجاتوه ليبرد في القالب ١٠ دقائق ثم يقلب فوق مصبّ حديدي. يسخن المربى مع عصير الليمون ليصبح رقيق القوام ويدهن به الجاتوه الفاتر. يقدم الجاتوه مع حبات الخوخ الطازجة.

جاتوه الزبدة مع ناطف الكريما بالزبدة

إنه جاتوه لذيذ وإنما سهل التحضير ويمتاز بنكهة رائعة

مكونات الجاتوه

٢٢٥ غ من الزبدة الطرية
١٥٠ غ من السكر الذهبي
٧٥ غ من السكر الناعم
٤ بيضات كبيرة
٢٢٥ غ من الدقيق الذاتي الارتفاخ
٤ ملاعق طعام من الكريما الطازجة
ملعقة طعام من مركّز الكاراميل

للحشوة والناطف

علبتان من الحليب المكثف المحلى بنكهة الكاراميل، ٣٠٠ غ من جبنة فيلادلفيا القشدية الكاملة الدسم
ملعقة طعام من مركّز الكاراميل

التحضير

يحمى الفرن لغاية ١٨٠ درجة مئوية أو ٣٥٠ درجة فهرنهايت أو غاز رقم ٤. يدهن قالبا تشيزكايك دائريان قطرهما ٢١ سم بملعقة صغيرة من الزبدة. تخلط بقية الزبدة مع السكر والبيض والدقيق غير المنخول في خلاط الطعام لمدة ٣٠ إلى ٤٠ ثانية للحصول على مزيج متجانس. تضاف الكريما ومركّز الكاراميل ويتابع الخفق لمدة ٢٠ ثانية إضافية. يوزع المزيج على القالبين المحضرين ويخبز في الفرن لمدة ٢٥ دقيقة أو حتى يشقرّ قالبا الجاتوه وتتقلص حوافهما قليلاً. يترك قالبا الجاتوه ليبردا ١٠ دقائق ثم يقلبان فوق مصبّ حديدي.

لإعداد الناطف، يخفق الحليب المكثف المحلى مع الجبنة ومركز الكاراميل بواسطة الخفاقة اليدوية. يحفظ هذا الناطف في الثلاجة لمدة ٤ ساعات على الأقل، ثم يدهن به قالبا الجاتوه. يوضع أول قالب جاتوه فوق الثاني للحصول على جاتوه سميك محشو. تدهن حوافه وسطحه ببقية الناطف بمساعدة ملوق بلاستيكي.

أوراق البراعم

البذور المنبتة للبراعم والأوراق اللاذعة تضفي نكهة مميزة على مجموعة منوعة من الأطباق...

تشيع يوماً بعد يوم موضة السلطات الحيوية بحيث باتت محلات السوبرماركت تخصص قسماً من رفوفها لأطباق السلطة الطازجة المؤلفة من فصوص البقول والبراعم الخضراء ومجموعة منوعة من المكونات مثل براعم الروكا اللاذعة وبذور البروكولي وبذور الفجل التي تفتحت بعض براعمها. والميزة في كل هذه البراعم أنها تزخر بالفوائد والنكهة المنعشة، مما يضفي بُعداً جديداً على السلطات والأطباق الآسيوية. وللتأكد من نضارة هذه البراعم واحتوائها على أكبر قدر من المواد المغذية، ننصحك بشرائها فيما لا تزال قيد النمو ومن ثم استعمالها حسب الحاجة. كما يمكنك زرع البراعم بنفسك في إناء أو وعاء.

خاص «لها»: IPC Syndication

سلطة التوفو والزنجبيل مع البراعم والأوراق

إن سرّ هذه السلطة اللذيذة يكمن في صلصة التوفو القليلة الدسم والغنية بالبروتين

الكمية تكفي ٤ أشخاص

- ٣٠٠ غ من التوفو الناعم، ٢٠٠ غ من التوفو المدخن
- فصا ثوم مهروسان
- ٥ سم من الزنجبيل الطازج المقشر والمبشور
- ٤ ملاعق طعام من خل التفاح الحلو
- ملعقة طعام من صلصة الصويا الداكنة
- ملعقة طعام من زيت السمسم
- ٥٠ غ من البقدونس المفروم
- ٥٠ غ من البصل الأخضر المفروم
- رأسان من الهندباء البرية، مقطعان إلى أوراق خسة مفصولة الأوراق
- ٢٥ غ من براعم الروكا أو البروكولي أو الخردل أو البقلة
- مشذبة بالمقص، ملعقتا طعام من زيت الزيتون المنقوع في الفلفل الحريف

طريقة التحضير

توضع نصف كمية التوفو الناعم في خلاط الطعام. تقطع بقية التوفو إلى مكعبات ويحتفظ بها جانباً. يقطع التوفو المدخن إلى مكعبات من ٢ سم ويحتفظ بها جانباً.

يخلط الثوم مع الزنجبيل وصلصة الصويا وزيت السمسم وخل التفاح في وعاء تضاف إليه مكعبات التوفو المحتفظ بها جانباً. يترك الخليط جانباً لمدة ١٠ دقائق، ثم تصفى مكعبات التوفو ويحتفظ بصلصة التخليل لإتمام الصلصة، تضاف صلصة التخليل مع البقدونس والبصل الأخضر إلى التوفو الناعم الموضوع في الخلاط، يخفق الكل لمدة دقيقة واحدة تضاف ٦ إلى ٨ ملاعق طعام من الماء البارد ويخفق الخليط مجدداً. تصف أوراق الهندباء والخس في ٤ أطباق تقديم. يضاف القليل من البراعم الخضراء إلى كل طبق. يحمى الزيت المنقوع في الفلفل الحريف في مقلاة غير لاصقة حتى يصبح ساخناً جداً. يضاف إليه التوفو المخلل ويقلى ليصبح ذهبياً، ثم يسكب فوق السلطة. تقدم السلطة فاترة مع سكب صلصة التوفو الناعم فوقها.

سلطة الأطعمة المشوية

هذه المجموعة اللذيذة من الخضار والبراعم المتفتحة تؤلف غداء لذيذاً أو عشاء خفيفاً.

الكمية تكفي ٤ أشخاص

- ملعقتا طعام من الزيت النباتي
- ملعقتا طعام من العسل الصافي
- ملعقة طعام من الخل البلسمي الحلو
- ملعقة صغيرة من الملح الخشن
- برتقالة واحدة مشطورة إلى نصفين
- رأسان من البطاطا الحلوة، مقطعان إلى مكعبات من ٣ سم
- ٣ رؤوس شمندر نيئة، مقشرة ومقطعة إلى أرباع
- ٨ بصلات كراث، مقشرة ومقطعة طوليا إلى نصفين
- ٢٥٠ غ من كل من البروكولي الأرجوانية المتفتحة والبروكولي الخضراء المتفتحة
- ٥٠ غ من بذور دوار الشمس واليقطين والكتان والسمسم والشمار والكراوية
- ٥٠ غ من البراعم العضوية (مثل العدس الأخضر والأسمر، والحمص)

التحضير

يحمى الفرن لغاية ٢٢٠ درجة مئوية أو ٤٢٥ درجة فهرنهايت أو غاز رقم ٧. في وعاء كبير، يخلط الزيت مع العسل والخل والملح. يضاف عصير نصف برتقالة ويحرك المزيج. تضاف إليه البطاطا الحلوة والشمندر والكراث ويحرك المزيج لتختلط الخضار بالصلصة. يسكب هذا الخليط في صينية مدهونة قليلاً بالزيت ويخبز في الفرن لمدة ٢٠ إلى ٢٥ دقيقة أو حتى تنضج الخضار وتصبح ذهبية تسلق البروكولي على دفعات في الماء المغلي لمدة ٣- ٤ دقائق كل مرة، ثم تغسل في المياه الباردة وتصفى وتوضع جانباً. تخلط البروكولي مع الخضار المشوية في طبق التقديم وترش عليها البذور والبراعم العضوية. يعصر فوقها النصف الثاني من البرتقالة ويقدم الطبق فوراً.

أومليت الهليون

لا شيء ألذّ من الهليون الصغير. قدّمي هذه البراعم المشوية مع عجة إيطالية سريعة وشرائح من جبنة الماعز الساخنة

الكمية تكفي ٤ إلى ٦ أشخاص

١٢ بيضة كبيرة
٦٠ مل من الكريما الطازجة أو الحليب الكامل الدسم
ملعقة صغيرة من الملح الخشن
_ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود المطحون حديثاً
٣٠٠ غ من الهليون الصغير الرفيع
٣ ملاعق طعام من زيت الزيتون الفاخر
٢٠٠ غ من جبنة الماعز المقطعة إلى دوائر سماكتها ١ سم

التحضير

يخفق البيض مع الكريما والملح والفلفل ليصبح كثير الرغوة تقطع أطراف أعناق الهليون ويحتفظ بها جانباً. تسخن ملعقتا طعام من زيت الزيتون في مقلاة كبيرة غير لاصقة وتقلى أعناق الهليون على نار قوية، من دون تحريك، لمدة دقيقة واحدة. ترجّ المقلاة لطهو أعناق الهليون على الوجه الآخر. تسكب بعدها أطراف الهليون المقطوعة ومزيج البيض تخفف النار لتصبح متوسطة وتطهى العجة (الأومليت) من دون تحريك حتى تجمد. تحرّك المقلاة قليلاً يميناً ويساراً لمساعدة العجة على النضوج بشكل متساوٍ. تسكب فوقها الجبنة ثم توضع المقلاة على مصبّع ساخنٍ لمدة دقيقة واحدة تقريباً حتى تشقرّ الجبنة وتنتفخ. تقدم الأومليت ساخنة أو باردة بعد تقطيعها.

الجبار المقلي مع سلطة البراعم

تشكّل حلقات الجبّار المتبّلة فليلاً مع السلطة الخضراء الآسيوية طبقاً حريفاً لذيذاً جداً.

الكمية تكفي ٤ أشخاص

٥٠٠ غ من الجبّار الكامل (٦ رؤوس صغيرة أو رأسان كبيران)
المنظف والمغسول
ملعقتا طعام من الزنجبيل الطازج المبشور
٤ فصوص ثوم مفرومة
عصير ليمونتين
حبتان من اليانسون النجمي (star anise) أو ٥ سم من القرفة المطحونة
ملعقة صغيرة من الملح الخشن
ملعقة صغيرة من حبات الفلفل الأسود
٣ ملاعق طعام من زيت الفول السوداني
٥٠٠ غ من براعم الفول الطازجة والأوراق الصينية والهليون الصغير والثوم المعمّر المزهر

التحضير

يقطع جسم كل جبار إلى حلقات فيما تقطع المجسّات إلى مكعبات صغيرة توضع قطع الجبار في وعاء مع الزنجبيل والثوم وعصير الليمون ويترك الوعاء جانباً. تطحن التوابل كلها في الخلاط الكهربائي أو الهاون اليدوي للحصول على مزيج ناعم يضاف مزيج التوابل إلى صلصة التخليل يسخن الزيت النباتي في مقلاة كبيرة غير لاصقة ويضاف إليه الجبّار بعد تصفيته من سائل التخليل. يقلى الجبار على نار قوية لمدة دقيقة ونصف الدقيقة تضاف من ثم البراعم الخضراء ويخلط المزيج جيداً قبل إضافة صلصة التخليل إليه تغطى المقلاة وتترك على النار لمدة دقيقتين أو أكثر حتى تذبل الخضار من دون أن تصبح طرية. تسكب السلطة في أطباق التقديم وتقدم مع نودلز الأرز.

حساء اللحمة مع الفجل وبراعم اللوبياء

يمكن تقديم هذا الحساء بارداً أو ساخناً. علماً أن اللوبياء الحمشة والملونة تضفي تنافضاً رائعاً من حيث المذاق والقوام

الكمية تكفي ٤ أشخاص

٤٠٠ غ من لحم البقر الهبر
١٥ غ من الصعتر أو المردقوش الطازج المطحون
بصلتا كراث، غير مقشرتين، مشطورتان أفقياً إلى نصفين
جزرة واحدة غير مقشرة مقطعة إلى شرائح
ملعقة صغيرة من الملح
٢٠ حبة فلفل سوداء مطحونة قليلاً
٤٠٠ مل من عصير العنب الأحمر
ملعقة طعام من صلصة ورشستر أو صلصة الصويا أو صلصة المحار

للتقديم
باقة من براعم الفجل الأرجوانية، مشذبة بالمقص
٥٠ غ من اللوبياء الخضراء الرفيعة

التحضير

يقطع لحم البقر إلى شرائح طولها ٦ إلى ٨ سم ويوضع في قدر مع الصعتر أو المردقوش، والكراث، والثوم، والجزر، والتوابل وليتر كامل من الماء الساخن. يغلى المزيج على النار ثم يضاف إليه عصير العنب. تخفف النار ويغطى المزيج ويطهى على نار خفيفة لمدة ٣٥ دقيقة.
تسكب محتويات القدر في منخل موضوع فوق وعاء زجاجي مقاوم للحرارة. يحتفظ بالمرقة وشرائح اللحم جانباً وترمى بقية المكونات الأخرى. يمرر السائل مرة ثانية عبر منخل مبطن بمصفاة قهوة أو محارم ورقية سميكة. تضاف الصلصة إلى هذا السائل وترش فوقه التوابل حسب الذوق.
يبرّد الحساء مع شرائح اللحم فوق الثلج في حال تقديم الطبق بارداً، أو يقدم الحساء ساخناً على الفور. تضاف إليه شرائح اللحم وتوزع فوقه البراعم الخضراء واللوبياء.

سوربيه الشمام

هذه الحلوى الشاحبة واللذيذة النكهة والسهلة التحضير تترافق مع براعم الفصة (alfalfa) الدقيقة فتتوهج نضارة صحية.

الكمية تكفي ٤ إلى ٦ أشخاص

رأس شمام كبير
٢٥٠ غ من السكر الناعم ويذور عود فانيلا
٦٠ مل من شراب البلسان (elderflower cordial)
ملعقة طعام من عصير العنب الأحمر
بياض بيضتين مخفوقان بالشوكة

للزينة
رأس شمام كبير مقطع إلى شرائح أو مشطور إلى نصفين ومجوّف، ٢٥ إلى ٥٠ غ من براعم الفصة (alfalfa)

التحضير

تحضّر ماكينة البوظة أو السوربيه الكهربائية بوضعها في الثلاجة وفق تعليمات الصانع.
يشطر رأس الشمام إلى نصفين وترمى بذوره وتنزع قشرته ثم يقطع لبه البرتقالي إلى مكعبات صغيرة.
يذوب السكر في قدر مع ٢٠٠ مل من الماء الساخن ويغلى على النار. يحرك السكر حتى يذوب، ثم ترفع القدر عن النار. يضاف إليها ٣٠٠ مل من الماء الشديد البرودة وتترك القدر جانباً لتبرد.
توضع مكعبات الشمام في خلاط الطعام ويضاف إليها القطر البارد وعصير العنب وشراب البلسان. يخفق الخليط لمدة دقيقتين للحصول على هريسة برتقالية ناعمة. توضع هذه الهريسة في ماكينة البوظة وتحفظ في قسم التبريد من الثلاجة لمدة ١٠ دقائق. يضاف بياض البيض ويتابع التبريد في الثلاجة وتخفق البوظة لمدة ٢٠ إلى ٢٥ دقيقة لتصبح شاحبة وجامدة. تسكب البوظة في وعاء مقاوم لبرودة الثلاجة وتحفظ في قسم التبريد من الثلاجة، على أن تخرج قبل ١٠ دقائق من موعد التقديم لتطرى قليلاً.
تغرف البوظة على شكل كرات وتقدم في أكواب الشمام أو مع شرائح الشمام توزع فوقها براعم الفصة.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

القريدس مع الخضار

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

- كيلوغرام من القريدس المتوسط الحجم والمقشر
- رأس من الفليفلة الخضراء
- رأس من الفليفلة الحمراء
- رأس من الفليفلة الصفراء
- رأسان من الكوسا مقطعان إلى عيدان رفيعة
- جزرتان مقطعتان إلى عيدان رفيعة
- ملح وفلفل أبيض
- ربع كوب من الزيت النباتي
- ملعقتا طعام من صلصة الصويا
- ملعقة طعام من صلصة المحار
- ٤ فصوص ثوم مفرومة
- ملعقة طعام من الزنجبيل الطازج المفروم.

التحضير

تُفرش أوراق ملفوف في قعر غلاية خيزران، وتصف فوقها حبات القريدس المقشرة والمنظفة وإنما المحتفظة بذيولها. تسلق حبات القريدس لمدة ٧ إلى ١٠ دقائق حتى تصبح وردية اللون.

يسخن الزيت النباتي في مقلاة عميقة ويقلى فيه الثوم مع الزنجبيل بحيث ينضجان جزئياً ويحافظان على الهشاشة. تضاف صلصة الصويا وصلصة المحار.

تضاف من ثم الخضار الهشة وحبات القريدس المسلوقة ويخلط الكل جيداً.

يقدم الطبق مع الأرز المسلوق.

سلطة الباذنجان

كيلوغرام من الباذنجان الكبير

كوبان من الزيت النباتي، ملح

رأسان من البندورة (الطاطم) مقطعان إلى مكعبات صغيرة

٣ أو ٤ فصوص مهروسة من الثوم

بصلة متوسطة مفرومة

رغيف أو رغيفان من الخبز العربي، مقطع(ان) إلى مكعبات صغيرة محمصة أو مقلية (اختياري)

نصف كوب من عصير الليمون

ربع كوب من زيت الزيتون أو الزيت النباتي

بذور رمان.

التحضير

يسخن الماء في قدر مع الملح.
يقشر الباذنجان ويقطع إلى مكعبات، ثم يسلق في الماء حتى يصبح طرياً قليلاً. يخرج الباذنجان من القدر، ويصفى على محارم المطبخ ثم يقلى في الزيت الساخن. في وعاء، يوضع الباذنجان المقلي مع البندورة والثوم والبصل وعصير الليمون والزيت ومكعبات الخبز. يخلط الكل معاً ويسكب في طبق التقديم. تزين السلطة ببذور الرمان وتقدم كنوع من المقبلات.

حساء الجزر والكزبرة

٥ إلى ٦ أكواب من مرقة اللحم أو ملعقتا طعام من مسحوق المرقة مع ٥ أكواب من الماء للحصول على مرقة الخضار

٢أو ٣ جزرات مقطعة إلى شرائح

ملعقة أو ملعقتا طعام من دقيق الذرة (النشاء)

نصف كوب من عصير البرتقال

نصف ملعقة صغيرة من الكزبرة اليابسة

نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض

ملعقة طعام من عصير الليمون

ملعقة صغيرة من مسحوق الكمون

ملعقة طعام من الكزبرة الطازجة.

التحضير

تسخن ٥ أكواب من مرقة اللحم أو مرقة الخضار في قدر. تضاف إليها شرائح الجزر وعصير البرتقال والكزبرة اليابسة والفلفل الأبيض وعصير الليمون والكمون. يطهى الكل معاً فوق نار متوسطة حتى ينضج الجزر.
تذوب ملعقة أو ملعقتا طعام من دقيق الذرة مع ربع كوب من المرقة وتضاف إلى الحساء. يغلى الحساء حتى يصبح كثيفاً. تضاف ملعقة طعام من الكزبرة الطازجة المفرومة ناعماً جداً إلى الحساء ويقدم الحساء ساخناً. يضاف الملح عند الحاجة فقط.

همبرغر بخبز القمح الكامل

الكمية تكفي ٦ أشخاص

٦ أرغفة همبرغر من دقيق القمح الكامل صغيرة الحجم

٥٠٠غ من اللحم المفروم ناعماً

فصا ثوم مبشوران أو مهروسان

بصلة متوسطة الحجم مبشورة

ملعقة صغيرة من الخردل

ربع كوب من الكعك المطحون

ربع كوب من الكاتشب (جربي طماطم كاتشب Heinz)

ملح وبهار أبيض ورشة من البهار الحلو

ملعقة صغيرة من بهارات الهمبرغر

زيت لقلي الهمبرغر أو شوائه في مقلاة غير لاصقة

للزينة

أوراق خس أو ملفوف

شرائح بندورة (طماطم) مقلية قليلاً في الزيت النباتي

مايونيز وخردل وكاتشاب

شرائح بصل (اختياري) مقلية قليلاً في الزيت

شرائح من جبنة التشيدار (اختياري)

بطاطا مقلية لتقديمها جانباً

تحضير الهمبرغر

يخلط اللحم المفروم مع الثوم، والبصل، والخردل، والكاتشاب، والكعك المطحون، والملح والبهار وملعقة صغيرة من بهارات الهامبرغر. يقرّص مزيج اللحم إلى أقراص مسطحة بحجم أرغفة الخبز المراد استعمالها.
يوضع كل قرص لحم بين ورقتين من النايلون وتحفظ أقراص اللحم في الثلاجة حتى موعد الاستعمال.
يمكن تحضير أقراص اللحم قبل طهيها وتقديمها أو يمكن حفظها في قسم التجليد من الثلاجة لمدة أسبوع كامل أو في الثلاجة لمدة ١٢ ساعة.
تسخن مقلاة كبيرة فوق النار وتمسح بالزيت ثم تقلى أو تشوى فيها أقراص الهمبرغر حتى تنضج من الداخل.
تحضر أرغفة الهمبرغر من خلال قطع كل رغيف همبرغر أفقياً إلى نصفين، ومن ثم دهن النصف السفلي بالخردل والكاتشاب والمايونيز. يوضع قرص اللحم المشوي ويغطى بشرائح البندورة والبصل. توضع من ثم الطبقة الثانية من رغيف الخبز، ويسخن رغيف الهمبرغر المحشو قليلاً في الفرن ويقدم مع البطاطا المقلية. في حال استعمال أوراق الخس، يجب إضافتها لاحقاً. للحصول على تشيزبرغر يجب وضع شريحة من جبنة التشيدار فوق قرص اللحم مباشرة قبل وضعها في الفرن.

أرغفة خبز الهامبرغر الكاملة الحبوب

الكمية تصنع ١٨ رغيفاً

كوبان من الدقيق المتعدد الاستعمالات

كوب ونصف الكوب من دقيق القمح الأسمر الكامل

ملعقة صغيرة من الملح

٥٠غ من الزبدة في حرارة الغرفة

ملعقتا طعام من الخميرة الفورية

كوب من الماء الساخن أو حسب الحاجة للحصول على عجينة طرية وإنما غير دبقة كثيراً

التحضير

يوضع نوعا الدقيق في خلاط الطعام. يضاف الملح، والزبدة، والخميرة، والماء الساخن. يدعك المزيج حتى الحصول على عجينة طرية وناعمة. يدهن وعاء بالزيت وتنقل إليه العجينة وتغطى بفوطة رطبة وتترك لمدة ساعة تقريباً في مكان دافئ بحيث يتضاعف حجمها. تعجن العجينة وتقرّص إلى كرات صغيرة بحجم حبات الدرّاق، ثم تصف في صينية مرشوشة بالدقيق الأسمر. تترك أقراص العجين مجدداً في مكان دافئ لترتاح وترتفخ ثم تخبز في فرن حرارته ٣٧٥ درجة فهرنهايت حتى تنتفخ ويصبح داخلها فارغاً وخفيفاً، فيما قشرتها هشة وقاسية.

كوردون بلو الدجاج

كيلوغرام من لحم صدور وأفخاذ الدجاج (مطحون في خلاطة الطعام الكهربائية)

ملعقة صغيرة من توابل الدجاج + ملح + ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض

٢٠٠ غ من جبنة الغرويار

٢٠٠غ من شرائح لحم الحبش المعلب أو الدجاج المعلب

دقيق + بيض + فتات خبز

زيت لقلي قطع الدجاج.

التحضير:

تستعمل مطحنة اللحم أو خلاطة الطعام الكهربائية لفرم لحم الدجاج وجعله شبيهاً بلحم الكبة. يضاف الملح والفلفل وتوابل الدجاج إلى اللحم المفروم. يحوّل اللحم المفروم إلى كرات لتحشى بالجبنة المتنوعة، شرط وضع شريحة من جبنة الغرويار وشريحة من لحم الحبش المعلب داخل كل قطعة. تغلق كرة اللحم وتربّت لتصبح شبيهة بشريحة الهامبرغر. تغمس شرائح الدجاج في الدقيق، ومن ثم في البيض المخفوق بالملح، وبعدها في فتات الخبز. يسخن الزيت قليلاً وتقلى فيه شرائح الدجاج جيداً حتى تصبح ذهبية اللون.
تقدّم شرائح الدجاج مع البطاطا المقلية والسلطة.

الدجاج مع البرتقال (طبق مغربي)

٦ صدور دجاج مملحة ومبهّرة قليلاً بالفلفل الأبيض ومشقوقة بواسطة سكين

ملعقتا طعام من الزبدة وملعقتا طعام من الزيت النباتي

٦ حبات برتقال صغيرة الحجم كل منها مشطور إلى نصفين

برتقالة واحدة مقطعة إلى شرائح

ربع كوب من عصير البرتقال

ربع كوب من الخل

ملعقة طعام من دقيق الذرة وربع كوب من الماء

قشرة برتقالة مقطعة إلى شرائح طويلة ورفيعة ومسلوقة ثم مصفاة وموضوعة جانباً

كوبان من مرق الدجاج.

التحضير

يسخن الزيت والزبدة في قدر وتضاف إليهما صدور الدجاج. تقلى الصدور حتى يصبح لونها ورديا قليلاً. يتم الاحتفاظ بالزيت نفسه وتقلى فيه حبات البرتقال الصغيرة.

تحضير الصلصة

ربع كوب من الخل وربع كوب من عصير البرتقال مطهوان معاً في قدر للحصول في النهاية على ربع كوب من الخليط. يسخن كوبان من مرقة الدجاج، ويضاف المزيج أعلاه إلى الصلصة، فضلاً عن شرائح البرتقال الرفيعة. تذوب ملعقة طعام من دقيق الذرة مع ربع كوب من الماء وتضاف إلى الصلصة لجعلها أكثر كثافة.
توضع صدور الدجاج في الصلصة وتطهى لمدة ٧ إلى ١٠ دقائق فوق نار متوسطة. ترفع القدر عن النار، وتخرج قطع اللحم من القدر وترصف في طبق التقديم. يزين الطبق بشرائح البرتقال وحبات البرتقال الصغيرة المشطورة والصلصة. يقدم الطبق مع البطاطا.

ملاحظة: ان حبات البرتقال الصغيرة هي بمثابة نوع من الحمضيات بحجم حبات الجوز وبنكهة خليط من الليمون الاقندي والبرتقال والابوصفير.

أطباق جاهزة خلال ١٥ دقيقة

استفيدي قدر الإمكان من أوراق السلطة النضرة والخضار الطرية لإعداد هذه الأطباق البسيطة والخفيفة.

حساء الخضار

الكمية تكفي ٤ أشخاص

ملعقة طعام من زيت الزيتون
بصلة واحدة مفرومة ناعما
جزرة واحدة مقطعة إلى مكعبات صغيرة
٣ رؤوس بطاطا صغيرة مقطعة إلى مكعبات صغيرة
ملح وبهار أسود مطحون حديثاً
عـودان من صعتر الليمون (lemon thyme)
حبة كوسى مقطعة إلى مكعبات صغيرة
حفنة صغيرة من زهيرات البروكولي
٤ رؤوس بندورة مفرومة
مكعب ونصف المكعب من مرقة الخضار
حفنة صغيرة من بقلة الحُرف (water-cress)
شرائح توست بجبنة الماعز للتقديم مع الحساء

التحضير

ا يسخن الزيت في قدر فوق نار متوسطة ويضاف إليه البصل والجزر والبطاطا، وفق هذا التسلسل، بعد فرمها مباشرة. ترش التوابل ويضاف صعتر الليمون تغطى القدر ويترك المزيج على النار لمدة ٥ دقائق.

ا في غضون ذلك، تحضر بقية المكونات. تضاف الكوسى والبروكولي والبندورة إلى القدر وتسكب فوقها كمية كافية من الماء المغلي بحيث تغمر كل الخضار ويكون لديها مساحة للتحرك داخل القدر. تضاف مرقة الخضار ويغلى الكل لمدة ٥ دقائق. تضاف بعدها بقلة الحرف وترفع القدر عن النار. تدهن بعض شرائح التوست بجبنة الماعز الطرية وتقدم فورا مع الحساء.

مدة التحضير: ١٥ دقيقة
في الحصة الواحدة: ١٠٤ وحدات حرارية و٤ غ من الدهون

سلطة المعكرونة والروكا مع بستو البندق

الكمية تكفي ٤ أشخاص

٤٠٠ غ من المعكرونة الرفيعة والمسطحة
ملح
١٠٠ غ من الروكا
١٠٠ مل من زيت الزيتون
١٠٠ غ من البندق المفروم
فص ثوم مفروم خشنا
٧٠ غ من جبنة البارميسان

التحضير

١ تسلق المعكرونة في قدر كبيرة من الماء المغلي المملح حتى تنضج تقريباً، ثم تصفى.

٢ في غضون ذلك، يحتفظ جانباً ببعض أوراق الروكا فيما تفرم البقية في خلاط الطعام مع ملعقتيّ طعام من زيت الزيتون.

٣ يضاف البندق والثوم إلى خلاط الطعام ويخلط المزيج جيداً بحيث تمتزج المكونات جيداً مع بعضها وإنما يبقى البستو مكتنزاً.

٤ تستخدم المقشرة لإعداد بعض الرقاقات من جبنة البارميسان، ثم تبشر البقية يخلط برش البارميسان وبقية زيت الزيتون مع البستو ويرش الملح حسب الذوق. تخلط هذه الصلصة مع المعكرونة المسلوقة (راجعي النصيحة) وتقدم مع رقاقات البارميسان و أوراق الروكا الكاملة.

نصيحة: يصعب إعداد كمية قليلة من البستو، ولذلك تعطيك هذه الوصفة كمية أكثر مما تحتاجين. ضعي فائض البستو في وعاء زجاجي واسكبي فوقه طبقة رقيقة من زيت الزيتون. ويمكنك بعدها حفظه في الثلاجة لغاية شهر كامل. يقدم البستو مع الدجاج المشوي أو يمكن إضافته إلى الحساء.

مدة التحضير: ١٢ دقيقة
في الحصة الواحدة: ٧٩٥ وحدة حرارية و٤٦ غ من الدهون

سندويش اللحم مع صلصة البندورة والمعجون الحريف

الكمية تكفي ٤ أشخاص

٢٠٠ غ من البندورة الكرزية مشطورة إلى نصفين
رأس فليفلة حريف أحمر اللون منظف من البذور ومفروم ناعما
ملعقتا طعام من زيت الزيتون
٣ ملاعق طعام من السكر الأسمر الخفيف
ملح وبهار أسود مطحون حديثاً
٣ شرائح من لحم البقر، وزن كل منها ٢٠٠ غ تقريباً
باغيت خبز كبيرة، مقطعة إلى ٤ قطع
٤ أوراق سلطة هشة
بصلة حمراء صغيرة، مقطعة إلى شرائح رقيقة

التحضير

١ توضع البندورة والفليفلة الحريفة في قدر مع نصف كمية زيت الزيتون. توضع القدر على نار قوية ويضاف السكر إلى محتواها. يرش الملح ويغلى محتوى القدر بقوة لمدة ٨ إلى ١٠ دقائق، مع التحريك بين الحين والآخر للحؤول دون التصاق المزيج بقعر القدر.

٢ في غضون ذلك، يسخّن مصبّ حديدي فوق نار قوية. تدهن شرائح اللحم ببقية زيت الزيتون ويرش عليها الملح والبهار. تشوى شرائح اللحم لمدة ٣ دقائق على كل وجه، ثم تترك لترتاح دقيقة كاملة قبل تقطيعها إلى شرائح.

٣ تشق قطع الباغيت في جانبها وتحشى بأوراق السلطة الهشة، ثم توضع في كل منها شريحة لحم مع القليل من البصل الأحمر والكثير من صلصة البندورة.

مدة التحضير: ١٣ دقيقة
في الحصة الواحدة: ٥٣٩ وحدة حرارية و١٩ غ من الدهون

شرائح الترويت المقلية مع البازيلا المهروسة

الكمية تكفي ٤ أشخاص

٣٠٠ غ من البازيلا المجلدة
ملعقتا طعام من البقدونس المفروم
٦٠ غ من الدقيق العادي
ملح وبهار أسود مطحون حديثاً
٨ شرائح ترويت
ملعقتا طعام من زيت الزيتون
نصف باقة من النعناع الطازج، مفرومة خشناً
عصير نصف ليمونة
شرائح ليمون وأوراق نعناع للتقديم

التحضير

١ توضع البازيلا في قدر وتغمر بالماء المغلي وتترك على نار قوية لمدة ٤ دقائق ثم تصفى.

٢ في غضون ذلك، يخلط البقدونس المفروم مع الدقيق ويرش عليهما الملح والبهار. يستخدم هذا المزيج لدهن شرائح السمك على كلا الوجهين.

٣ تسخن نصف كمية الزيت في مقلاة كبيرة وتقلى فيها شرائح السمك لمدة دقيقة إلى دقيقتين على كل وجه حتى تشقرّ وتنضج تماماً. إذا لم تكن المقلاة الكبيرة، ينصح بقلي شرائح السمك في مقلاتين.

٤ أثناء قلي السمك، تهرس البازيلا في خلاط الطعام مع النعناع، وعصير الليمون وبقية زيت الزيتون. يرش الملح وتقدم هريسة البازيلا، بعد نثر أوراق النعناع فوقها، مع السمك وشرائح الليمون.

مدة التحضير: ١٠ دقائق
في الحصة الواحدة: ٣٧٧ وحدة حرارية و١٤ غ من الدهون

جاتوه صقلية

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

جاتوه اسفنجي جاهز قطره ٢٠ سم

ملعقتا طعام من عصير البرتقال

ملعقة طعام من ماء الزهر (اختياري)

كوبان ونصف الكوب من جبنة الريكوتا الايطالية

كوب من السكر الناعم

فانيلا

نصف كوب من برش قشرة البرتقال

ثلث كوب من الفستق الحلبي المقشر والمفروم

ثلثا الكوب من الشوكولا المذوبة

كوب وربع الكوب من الكريما الطازجة المخفوقة

كوب من الفستق الحلبي المقشر المفروم

التحضير

يشطر الجاتوه الاسفنجي البارد أفقياً إلى نصفين. تدهن الطبقتان بعصير البرتقال. توضع الطبقة الأولى من الجاتوه في قالب خاص بالتشيزكايك قطره ٢٠ سم ومبطن بورقة ألمنيوم.

تمرر جبنة الريكوتا عبر منخل ناعم وتخفق هذه الجبنة مع السكر والفانيلا في وعاء صغير بواسطة الخلاط الكهربائي للحصول على مزيج ناعم. يضاف إليه برش البرتقال والفستق الحلبي. يقسم مزيج جبنة الريكوتا إلى نصفين. تضاف الشوكولا المذوبة إلى أحدهما. يسكب مزيج الجبنة بالشوكولا فوق طبقة الجاتوه الموضوعة في القالب، ثم يوزع فوقه النصف الآخر من مزيج جبنة الريكوتا. توضع بعدها الطبقة الثانية من الجاتوه ويضغط عليها قليلاً. يغطى الجاتوه المحشو ويحفظ في الثلاجة حتى يجمد. يخرج الجاتوه من القالب ويدهن سطحه وحوافه بالكريما. يوزع الفستق الحلبي الإضافي على حوافه ويزين الجاتوه بقشر البرتقال حسب الرغبة.

بارفيه المانجا واللايم

مدة التحضير: ٣٠ دقيقة، إضافة إلى مدة الحفظ في قسم التجليد من الثلاجة طوال الليل

الكمية تكفي ١٠ إلى ١٢ شخصاً

حبتا مانجا ناضجتان، مقشرتان

برش وعصير ٣ حبات لايم

صفار ٤ بيضات

٧٥غ من السكر

٢٨٤ مل من الكريما المخفوقة

التحضير

يبطن قالب جاتوه عميق بورق النايلون اللاصق لتسهيل قلب محتواه بعد أن يجمد البارفيه. تهرس المانجا مع برش اللايم وعصيره في الخلاط للحصول على مزيج ناعم. يخلط صفار البيض مع السكر في وعاء مقاوم للحرارة داخل صينية مليئة بالماء المغلي ويخفق المزيج ليصبح شاحباً وكثيفاً ويتضاعف حجمه. يرفع المزيج من الصينية الساخنة وتضاف إليه هريسة المانجا. يترك المزيج جانباً ليبرد.

تخفق الكريما حتى تصبح كثيفة ثم تضاف إلى مزيج المانجا البارد. يسكب هذا المزيج في القالب المحضر ويحفظ في قسم التجليد من الثلاجة لمدة ٨ ساعات على الأقل أو طوال الليل. للتقديم، يقطع البارفيه إلى شرائح ويزين بحبات الكشمش حسب الذوق.

موس اللبن والفراولة

مدة التحضير: ٣٠ دقيقة إضافة إلى وقت التبريد طوال الليل
الكمية تكفي ١٠ إلى ١٢ أشخاص

علبة وزنها ٤٠٠ غ من بسكويت الدايجستيف
٢٠٠غ من الزبدة غير المملحة، مذوبة
٥٠٠غ من حبات الفراولة المنظفة
ملعقتا طعام من عصير الليمون
٧٥غ من السكر
٤ملاعق صغيرة من مسحوق الجيلاتين، مذوبة في الماء البارد
٢٥٠ مل من اللبن اليوناني
٢٨٤ مل من الكريما المخفوقة

التحضير

تطحن قطع البسكويت في الخلاط الكهربائي وتضاف إليها الزبدة المذوبة وتخلط معها جيداً. يوزع مزيج البسكويت في قعر قالب تشيزكايك قطره ٢٣ سم.

توضع حبات الفراولة مع عصير الليمون في الخلاط الكهربائي وتهرس لتصبح ناعمة. تسخن هذه الهريسة برفق مع السكر في قدر حتى يذوب السكر، ثم ترفع القدر عن النار. يضاف إليها الجيلاتين المذوب في الماء ويحرك المزيج جيداً. يترك المزيج جانباً حتى يبرد. يضاف إليه اللبن.

تخفق الكريما لتصبح سميكة ثم تضاف إلى مزيج الفراولة. يسكب هذا المزيج فوق طبقة البسكويت الموضوعة في قالب التشيزكايك، ويحفظ القالب في الثلاجة لمدة ٦ ساعات أو طوال الليل حتى يجمد. يقدم الموس مع اللبن اليوناني والفراولة.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

سندويش السلمون المدخن

الكمية تكفي شخصين

- كعكتان من الخبز الافرنجي
- ٢٠٠غ من السلمون المدخن
- ١٠٠غ من الجبنة القشدية
- خس وكبّار للزينة
- بصلة خضراء واحدة مفرومة (اختياري).

التحضير

تقطع كل كعكة أفقياً إلى شريحتين. تخفق الجبنة القشدية بواسطة الشوكة وتخلط مع البصل الأخضر المفروم. يبسط هذا المزيج فوق جهة واحدة من الخبز. توضع شرائح السلمون فوق الجبنة وتغطى بالشريحة العلوية من الخبز. يمكن تناول هذا السندويش في موعد الغداء. يزين الطبق بالكبار والخس والكافيار.

باتيه كبد الدجاج

٥٠٠غرام من كبد الدجاج المنظف والمغسول

٥٠٠غرام من القشدة الطازجة

٦بيضات

ملعقة طعام من برش البرتقال

ملعقة طعام

من الملح

فلفل أسود +

رشة من البهار الحلو

ملعقة طعام من برش الليمون

التحضير

يوضع كبد الدجاج والقشدة الطازجة والبيض وبرش الليمون وبرش البرتقال في خلاطة الطعام الكهربائية ويخفق الكل جيداً. يصفى المزيج عبر مصفاة. يتم تحضير طبق زجاجي البيريكس أو فخاري بحجم ٢٨-٢٦سم. يسكب المزيج في الطبق. يوضع الطبق في صينية ألمنيوم مليئة بالمياه المغلية وشريحتين من الليمون. يدخل الطبق وصينية الألمنيوم لمدة ٤٥ دقيقة إلى فرن حرارته ٣٠٠-٢٥٠درجة فهرنهايت. يخرج الطبق والصينية من الفرن ويوضعان في الثلاجة لمدة ٢٤ ساعة حتى يجمد محتوى الطبق. يغرف المحتوى بواسطة ملعقة ويقدم بمثابة نوع من المقبلات. يقدم هذا الطبق مع الخبز المحمص والخضار.

ملاحظة: توضع شرائح الليمون في صينية الألمنيوم للحؤول دون تغير لون الصينية.

الحساء الحار والحامض

(الكمية تكفي ٨-٩ أشخاص)

نصف كوب من براعم الخيزران المقطعة إلى شرائح رفيعة وطويلة

نصف كوب من الجزر المقطع إلى عيدان رفيعة وصغيرة

نصف كوب من براعم الصويا الطازجة

كوب من لحم الدجاج المفروم المقطع إلى شرائح رفيعة وقصيرة (مثل عيدان الكبريت)

مكعبان من مرقة الدجاج

ملعقتا طعام من صلصة الصويا الداكنة

٣ملاعق طعام من دقيق الذرة

١٢كوب من مرقة الدجاج

ملعقتا طعام أو ثلاث ملاعق من الخل

ملعقة طعام من صلصة الفلفل الحرّيف

ملعقة صغيرة من خل الأرز

نصف ملعقة صغيرة من زيت السمسم

التحضير

توضع مرقة الدجاج (١٠ أكواب) ومكعبا مرقة الدجاج في القدر فوق النار. تضاف الخضار المذكورة أعلاه إلى محتوى القدر، ويضاف لحم الدجاج المقطع إلى شرائح رفيعة وقصيرة. يخلط دقيق الذرة مع صلصة الصويا والخل وصلصة الفلفل الحرّيف وخل الأرز في طبق منفصل، ويضاف إليها كوبان من مرقة الدجاج. يضاف مزيج دقيق الذرة (النشاء) إلى الحساء الساخن، ويخلط الكل جيداً. يرش زيت السمسم فوق الحساء ويقدم هذا الأخير في أطباق صينية. تقدم صلصة الصويا مع الحساء.

سلطة القريدس والأفوكادو

(الكمية تكفي ٤ أشخاص)

رأسان من الأفوكادو

٤قطع قريدس عملاقة

صلصة الكوكتيل

ثلاثة أرباع الكوب من المايونيز

ربع كوب من الكاتشاب

ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض

ربع ملعقة صغيرة من برش الليمون

ملعقتا طعام من عصير الليمون

التحضير

يقطع كل رأس أفوكادو إلى نصفين ويدهن كل نصف بعصير الليمون للحؤول دون تغير لونه.
تسلق قطع القريدس لمدة ٧ دقائق، ثم تخرج من ماء السلق وتغسل بالمياه الباردة.
تقشر قطع القريدس شرط الاحتفاظ برؤوسها.
تحضر صلصة الكوكتيل: يخلط المايونيز مع الكاتشاب، والفلفل الأبيض، وبرش الليمون، وملعقة طعام من عصير الليمون.
تسكب صلصة الكوكتيل فوق شرائح الأفوكادو.
ترصف قطعة قريدس فوق كل شريحة أفوكادو موضوعة
فوق مهد من الخس.
تقدم هذه السلطة بمثابة نوع من القبلات.

HEINZ
TOMATO KETCHUP
طماطم كاتشب

بيض مقلي في شريحة خبز

الكمية تكفي شخصاً واحداً

شريحتان من الخبز الأبيض

بيضتان

ملعقتا طعام من الزبدة والزيت

قطعتان من نقانق اللحم البقري

حبة بندورة (طماطم) مقطعة

الى شرائح.

التحضير

تستعمل قطاعة الحلويات لفتح دائرة وسط كل شريحة من الخبز الأبيض. يسخن الزيت والزبدة في مقلاة غير لاصقة. توضع شريحتا الخبز في المقلاة وتصب بيضة واحدة في المكان الفارغ في كل شريحة. تخفف النار ويقلى البيض حتى يصبح البياض جامداً والخبز المحيط بالبيض وردي اللون. ينقل البيض والخبز إلى طبق التقديم. يرش فوقه الملح والفلفل الأسود. تقلى قطعتان من نقانق اللحم البقري في المقلاة نفسها مع شرائح بندورة. ترصف النقانق وشرائح البندورة بمحاذاة البيض. يزيّن الطبق بالخس. تقدم هذه الوجبة اللذيذة عند الفطور.

سندويش الحبش أو الدجاج المعلب

الكمية تكفي شخصاً واحداً

٤ شرائح من الخبز الأسمر

٨ قطع من لحم الحبش

أو الدجاج المعلب

مايونيز

بندورة (طماطم)

خس أخضر

كبيس مخلل.

التحضير

يبسط القليل من المايونيز فوق إحدى جهتيّ شرائح الخبز الأربع. ترصف فوقها شرائح لحم الحبش، ويوضع فوقها الكبيس المخلل قبل تغطيتها بشريحة أخرى من الخبز. يجب الضغط جيداً على السندويش قبل تقطيعه إلى مثلثات. تزيّن السندويشات بالخسّ والخضار قبل تقديمها.

ملاحظة: يفضّل تقديم لحم الحبش أو الدجاج مع الخبز الأسمر لأنه يجعل النكهة ألذ.

تورتة التفاح الفرنسية

مدة التحضير: ٢٠ دقيقة
مدة الطهو: ٢٥ دقيقة
الكمية تكفي ٤ إلى ٦ أشخاص

علبة وزنها ٣٧٥ غ من عجينة الباف الجاهزة

٤ إلى ٥ تفاحات صفراء كبيرة

٢٥ غ من الزبدة غير المملحة، مذوبة

ملعقتا طعام من مربى المشمش

التحضير

يحمى الفرن لغاية ٢٠٠ درجة مئوية أو ٤٠٠ درجة فهرنهايت أو غاز رقم ٦.

تقطع عجينة الباف إلى مستطيل حجمه ٢٣X٣١ سم، ويحزز ٢ سم من حوافه بواسطة السكين لمنحه شكل الإطار. يوضع مستطيل العجين في صينية خبز ويحفظ في الثلاجة.

تقشر التفاحات وتشطر كل منها إلى نصفين وتنظف من البذور ثم تقطع إلى شرائح رقيقة.

تصف شرائح التفاح فوق العجينة في صفوف متشابكة، على أن تبقى شرائح التفاح داخل الإطار المحدد في مستطيل العجين. تدهن شرائح التفاح بالزبدة للحؤول دون تغير لونها.

تخبز التورتة في الفرن لمدة ٢٥ دقيقة أو حتى تصبح هشة.

يسخن المربى في قدر على النار ويدهن به سطح التورتة الساخن لإضفاء مظهر لامع.

تقدم التورتة فاترة أو في حرارة الغرفة.

ملاحظة: يمكنك إعداد هذه التورتة قبل ٤ ساعات وحفظها في الثلاجة حتى موعد التقديم. لكن بعد خبز التورتة، لا يمكن حفظها في الثلاجة وإلا تفقد هشاشتها.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

Ronalb Nassan :ﺕﺒﻳﺗ

الدجاج الملفوف بالعجين

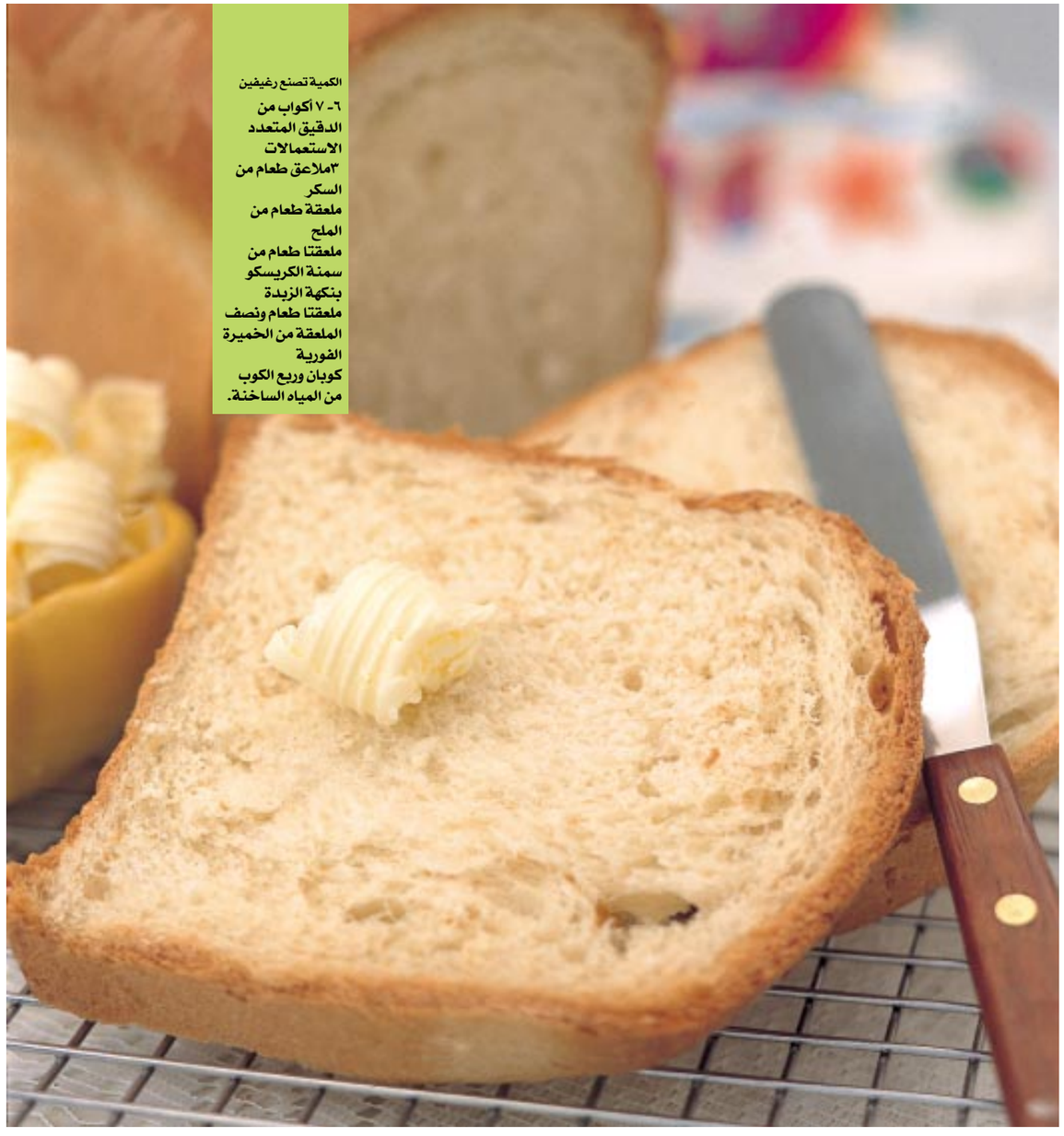
الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

نصف دجاجة مع جلدها
ملح وفلفل
٥ إلى ٦ فصوص ثوم
زيت للقلي

نصف علبة من العجينة الجاهزة
صفار بيضة واحدة
ملعقة صغيرة من الحليب
ملعقة صغيرة من صلصة الخردل.

التحضير

تنزع العظام من نصف الدجاجة المشتمل على صدر وفخذ.
يسطح لحم الدجاج بواسطة مطرقة اللحم، ويرش فوقه الملح والفلفل.
ترصف فصوص الثوم فوق لحم الدجاج قبل لفه مثل النقانق.
تربط اللفافة بواسطة خيط وتقلى في الزيت الساخن حتى تصبح وردية اللون من كل الجهات.
تدهن صينية بالزيت وتشوى فيها لفافة الدجاج حتى تصبح ذهبية اللون وناضجة من الداخل.
تخرج لفافة الدجاج من الفرن وتترك حتى تبرد تماماً، ثم ينزع الخيط عنها.
تدهن لفافة الدجاج بالخردل.
ترق العجينة الجاهزة إلى مستطيل صغير أكبر قليلاً من حجم لفافة الدجاج.
تدهن العجينة بصلصة الخردل وتستعمل لتغليف لفافة الدجاج مع ضرورة طي طرفيها على الجانبين.
تدهن العجينة بمزيج صفار البيض قبل خبزها في فرن حرارته ٢٥٠ درجة فهرنهايت حتى تصبح ذهبية اللون.
تخرج اللفافة من الفرن وتترك حتى تبرد تماماً.
تقطع اللفافة إلى شرائح وتقدم للغداء أو حفلات البوفيه.



الكمية تصنع رغيفين

٦- ٧ أكواب من الدقيق المتعدد الاستعمالات
٣ملاعق طعام من السكر
ملعقة طعام من الملح
ملعقتا طعام من سمنة الكريسكو
بنكهة الزبدة
ملعقتا طعام ونصف الملعقة من الخميرة الفورية
كوبان وربع الكوب من المياه الساخنة.

الخبز الافرنجي التقليدي

التحضير

يخلط ثلاثة أكواب ونصف الكوب من الدقيق مع سمنة الكريسكو والسكر والملح والخميرة في وعاء كبير.

تضاف المياه الفاترة ويخفق الكل بواسطة آلة العجن أو يدعك باليدين. بعد ذلك تضاف بقية الدقيق، بمعدل كوب واحد كل مرة، للحصول على عجينة متوسطة القوام.

تدعك العجينة فوق سطح مكسو بالدقيق لمدة ١٠ دقائق حتى تصبح طرية ومرنة. ثم توضع في وعاء مكسو بالزبدة وتغطى بقطعة قماش رطبة وتترك العجينة في مكان دافئ لمدة ٥٠-٦٠ دقيقة حتى تنتفخ أو يتضاعف حجمها.

يدهن قالبان للجاتوه بحجم ٩×٥×٣ سم بالزبدة. تقسم العجينة إلى قسمين ويرق كل قسم فوق سطح مكسو بالدقيق ثم يلف مثل السندويش. توضع العجينة في قالب الجاتوه وتترك في مكان دافئ لمدة ٣٠-٣٥ دقيقة حتى تنتفخ مجدداً أو يتضاعف حجمها.

يسخن الفرن حتى حرارة ٢٢٥درجة فهرنهايت. يخبز قالبا العجين لمدة ٢٥-٣٠ دقيقة حتى يصبح لون الخبز بنياً ذهبياً وخفيفاً جداً عند نقره. يدهن سطح الخبز بالزبدة لمنحه المظهر اللامع ويترك حتى يبرد فوق مصبّع معدني.

الهمبرغر

الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص

٥٠٠غ من لحم العجل المفروم
ملعقة صغيرة من الخردل
ربع كوب من كاتشاب البندورة (الطماطم)
ملعقة صغيرة من البهار الحلو
ملعقتا طعام من فتات الخبز
بيضة واحدة
ملح
فلفل أسود.

التحضير

يخلط اللحم مع الملح والبهار الحلو والفلفل الأسود وكتشاب البندورة (الطماطم) والخردل وفتات الخبز والبيضة. تصنع أقراص كبيرة من هذا المزيج وتحفظ في الثلاجة. يوضع ورق النايلون بين أقراص الهمبرغر. يحضر خبز الهمبرغر وسلطة الملفوف. تقلى البطاطا وتقطع البندورة إلى شرائح. يقطع كل رغيف خبز إلى قسمين أفقيين. يسخن المصبّع ويوضع فوقه الخبز وفوقه أقراص الهمبرغر وتخبز حتى يتغير لون اللحم. ثم تقلب أقراص اللحم لطهوها من الجهة الثانية. يوضع قرص لحم واحد فوق كل قطعة خبز، ويسكب فوقه الكتشاب والخردل. يزين الطبق بالبندورة وسلطة الملفوف والمايونيز والبطاطا المقلية.

الدجاج البروستد

التحضير

تغسل الدجاجة وتقطع إلى ٩-١٠ قطع ثم تجفف.

يخلط كوبان من الدقيق مع ملعقة صغيرة من الملح ونصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود وملعقة صغيرة من توابل البروستد في كيس نايلون.

تغسل البطاطا وتجفف، ثم يقطع كل رأس منها على نحو أفقي إلى ٤أقسام. تغمس قطع الدجاج والبطاطا في محتوى كيس الدقيق.

تسكب ٤ أكواب من الزيت في طنجرة الضغط وتسخن جيداً. توضع سلة القلي داخل طنجرة وترصف فيها ٣-٤ قطع من الدجاج والبطاطا. ثم تغلق الطنجرة وتترك فوق نار قوية لمدة ١٢ دقيقة. ترفع الطنجرة عن النار وتترك جانباً حتى يصبح فتح الغطاء ممكناً بعد أن يبرد كل البخار.

تخرج الدفعة الأولى من الدجاج، وتوضع مكانها دفعة جديدة من الدجاج والبطاطا. وبما أن الزيت أصبح ساخناً جداً، تترك طنجرة الضغط فوق النار لمدة ١٠ دقائق فقط بعد إغلاقها بإحكام.

هكذا، يمكن تكرار هذه العملية حتى تطهى كل قطع الدجاج والبطاطا وتصبح هشة.

يقدم هذا الطبق مع صلصة الثوم.

ملاحظة: يمكن تصفية الزيت والاحتفاظ به في قارورة لاستعماله مرة جديدة.

الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص

دجاجة واحدة مقسمة إلى ٩-١٠ قطع
دقيق + ملح + فلفل أسود + توابل البروستد
٤رؤوس بطاطا غير مقشرة
الكثير من الزيت لقلي قطع الدجاج والبطاطا
صلصة ثوم لتقديمها مع الطبق.

المحار الفاتر مع الكراث والقشدة

الكمية تصنع ٦ حصص

٦شرائح بايكون الحبش أو لحم بقر، مفرومة خشناً
٣ملاعق طعام من الزبدة
٢٥٠غ من الكراث، بما في ذلك الجزء الأخضر الطري، مقطع إلى شرائح رقيقة وطويلة
كوب من مرقة الدجاج أو السمك
كوبان من الكريما الطازجة
ملح خشن وفلفل مطحون حديثاً
٢٤إلى ٣٦ قطعة محار على نصف الصدفة، مع الاحتفاظ بعصارتها
٣ملاعق طعام من الشبث أو البصل الأخضر الطازج المفروم
رشة من خيوط الزعفران.

التحضير

يحمى الفرن لغاية ٣٧٥ درجة فهرنهايت أو ١٩٠ درجة مئوية.

توضع قدر كبيرة فوق نار متوسطة وتقلى فيها شرائح بايكون الحبش أو البقر لمدة ٥ دقائق تقريباً حتى تصبح هشة. تستعمل ملعقة ذات ثقوب لنقل الشرائح المقلية إلى محارم المطبخ الورقية بهدف تصفيتها وتركها تبرد. تفتت هذه الشرائح إلى قطع صغيرة. يحتفظ بمقدار ملعقة طعام واحدة من الدهن في القدر وترمى بقية الدهن.

توضع القدر فوق نار متوسطة وتضاف إليها الزبدة. حين تسخن الزبدة، يقلى فيها الكراث لمدة دقيقة تقريباً حتى يصبح طرياً. تضاف من ثم المرقة ويطهى الكل لمدة ٥ دقائق حتى يتضاءل حجم المرقة قليلاً.

تخفف النار لتصبح خفيفة، وتضاف الكريما وخيوط الزعفران إلى محتوى القدر. يترك الكل يغلي برفق فوق النار لمدة ٥ إلى ٧ دقائق حتى تتكاثف الصلصة. يضاف أخيراً بايكون لحم الحبش أو البقر مع القليل من الملح والفلفل الأبيض. ترفع القدر عن النار وتحفظ في مكان دافئ.

توزع قطع المحار المحتفظة بأنصاف أصدافها في صينية خبز على مهد من الملح الخشن. تخبز قطع المحار في الفرن لمدة ٧ دقائق. في غضون ذلك، تسكب عصارة المحار فوق الصلصة وتخلط معها جيداً ويوضع هذا الخليط فوق نار خفيفة. تنقل قطع المحار إلى أطباق التقديم الفردية وتسكب فوقها الصلصة وتزين قبل التقديم.

ملاحظة: يمكنك إعادة تسخين المحار لبضع دقائق إذا أردت. ثمة سكين صغيرة خاصة لفتح أصداف المحار. وعليك فتح قطع المحار مباشرة قبل الاستعمال للحفاظ على طراوتها، علماً أنه يستحسن تقديم المحار في فصل الشتاء.

الكمية تكفي ٤ أشخاص
٤ قطع صغيرة من الخبز
بالحليب
صلصة الكاراميل: ١٠٠ غ
من السكر وملعقة طعام
من الزبدة و٣ إلى
٤ملاعق طعام من
الكريما الطازجة
صلصة الشوكولا: ١٠٠ غ
من الشوكولا السوداء
وملعقة طعام من الزبدة
و٢ إلى ٣ ملاعق طعام من
الكريما الطازجة.

حول فنجان قهوة

تحضير صلصة الكاراميل

يسخن السكر في قدر فوق النار حتى يذوب ويصبح ذهبي اللون.
تضاف إليه الزبدة مع الكريما الطازجة. يسخن المزيج فوق النار حتى يصبح قشدياً وناعماً.

تحضير صلصة الشوكولا

تسخن الشوكولا بطريقة البان ماري أو في المايكروويف حتى تذوب.
تضاف إليها الزبدة والكريما ويخلط الكل للحصول على مزيج ناعم وقشدي.

التحضير

يحضر فنجان نسكافيه أو قهوة إكسبرسو.
يخفق الحليب البارد أو القشدة ليصبح كثير الرغوة. يسكب هذا الحليب فوق فنجان النسكافيه أو قهوة الإكسبرسو ويرش فوقه مسحوق الكاكاو.

تحضير السندويش الساخن

تقطع كل قطعة خبز بالحليب في شكل سندويش وتسخن في الفرن لمدة دقيقتين.
تبسط فوقها من ثم صلصة الكاراميل أو صلصة الشوكولا وتقدم فاترة.

جاتوه الريش (للحمية)

الكمية تكفي ١٠ أشخاص
طاقة: ١٣٩ وحدة حرارية
دهون إجمالية: ٠،٠٨ غ
دهون مشبعة: ٠،٠١ غ
كولسترول: ٠ ملغ
ألياف: ٠،١٣ غ

ثلثا كوب من الدقيق
بياض ٨ بيضات في حرارة الغرفة
كوب من السكر
ملعقة طعام من مسحوق الكاكاو المنخول
رشة فانيلا
سكر ناعم لرشه فوق الجاتوه.

التحضير

يحمى الفرن لغاية ٣٥٠ درجة فهرنهايت أو ١٨٠ درجة مئوية أو غاز رقم ٤.
ينخل الدقيق فوق رقاقة ورق.
يخفق بياض البيض في وعاء كبير حتى يصبح كثير الرغوة. يضاف إليه السكر والفانيلا تدريجياً للحصول على مرانغ لامع وكثيف.
يضاف الدقيق إلى هذا المرانغ ويحرك المزيج بواسطة ملعقة خشبية كبيرة.
يقسم مزيج الجاتوه قسمين، ويضاف الكاكاو المنخول إلى أحد القسمين للحصول على جاتوه بلون الكاكاو.
يسكب مزيج الجاتوه في قالب قطره ٢٥ سم ويمهد سطحه ويخبز في الفرن لمدة ٤٠ إلى ٤٥ دقيقة حتى ينضج تماماً.
توضع قنينة في وسط الجاتوه ويقلب القالب بعناية فوق ورقة برشمان عليها القليل من السكر الناعم.
حين يبرد الجاتوه، يمكن إخراجه بسهولة من القالب.
ينقل الجاتوه إلى صينية ويرش فوقه السكر الناعم ويزين بفاكهة الفيزاليس.

ملاحظة: يمكنك إعداد صلصة ليمون بخلط كوب ونصف الكوب من السكر الناعم مع ملعقة أو ملعقتيَ طعام من عصير الليمون لسكبها فوق الجاتوه قبل تزيينه بفاكهة الفيزاليس.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

بيض غنم بدبس الرمان

التحضير

يقشر بيض الغنم وترمى القشور.

يقطع البيض إلى الشرائح طويلة شبيهة بأشكال الأصابع.

تغمس هذه الشرائح في الدقيق الممزوج مع الملح والفلفل.

يسخن الزيت في مقلاة وتقلى فيه شرائح بيض الغنم حتى تصبح ذهبية.

يرصف بيض الغنم المقلي في طبق ويحفظ ساخناً.

يرمى معظم الزيت الباقي في المقلاة ويحتفظ فقط بمقدار ٣ إلى ٤ ملاعق طعام منه. تضاف إليه الزبدة أو السمن. وحين يسخن الزيت جيداً يقلى فيه الثوم المهروس لبعض الوقت، ثم يضاف إليه دبس الرمان وعصير الليمون.

تطهى الصلصة حتى تبدأ الفقاقيع بالظهور فيها. تسكب الصلصة فوراً فوق بيض الغنم ويقدم الطبق ساخناً بمثابة نوع لذيذ من المقبلات.

٦ بيضات غنم
دقيق (طحين) وملح وفلفل أبيض لغمس بيض الغنم
٥ فصوص ثوم مهروسة
زيت للقلي
ملعقتا طعام من الزبدة أو السمن
ربع كوب من دبس الرمان
ملعقة إلى ملعقتي طعام من عصير الليمون.

فطائر مكسيكية

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

كيلوغرام من عجينة البيتزا الجاهزة (يمكن شراؤها من الفرن)
كوبان من لحم الدجاج المطهو والمفتت
نصف كوب من الذرة
ربع كوب من الفليفلة الحمراء المقطعة إلى مكعبات صغيرة
ربع كوب من الفليفلة الخضراء المقطعة إلى مكعبات صغيرة
نصف كوب من البصل الأخضر المفروم ناعماً
فصا ثوم مهروسان
نصف كوب من الفطر المفروم
ربع كوب من الزيت
كمية كافية من صلصة التاكو لخلطها مع الخضار
٢٠٠غ من الجبنة المتنوعة لوضعها فوق الفطائر
كاتشاب لبسطه فوق العجينة قبل سكب الحشوة. (جربي طماطم كاتشب Heinz)

التحضير

يرش الدقيق (الطحين) فوق الطاولة وترق العجينة للحصول على دائرة كبيرة.

تقطع دائرة العجين بواسطة قطاعة البسكويت أو بواسطة كوب دائري للحصول على دوائر صغيرة من العجين. توخز دوائر العجين بواسطة الشوكة. تدهن صينية غير لاصقة بالقليل من الزيت وتوضع فيها دوائر العجين لخبزها مدة ١٠ دقائق في الفرن. تخرج دوائر العجين من الفرن وتترك جانباً حتى تبرد. يخلط لحم الدجاج المفتت مع الذرة والبصل، والثوم، والفليفلة الخضراء والحمراء والفطر. تضاف صلصة التاكو إلى هذه الحشوة وتخلط معها جيداً. يدهن الكاتشاب فوق دوائر العجين وتبسط حشوة الدجاج فوقه.

ترش الجبنة فوق الحشوة وتخبز الدوائر في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى تذوب الجبنة وتنضج العجينة.

رقاقات باللحم

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

علبة من عجينة الفيلو الجاهزة، كوب من الزيت النباتي، نصف كوب من السمن أو الزبدة المذوبة ٧٥٠غ من اللحم المفروم على نحو متوسط
نصف كوب من الصنوبر ملعقة صغيرة من الملح ثلاثة أرباع ملعقة صغيرة من البهار الحلو
نصف ملعقة صغيرة من القرفة، نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر نصف ملعقة صغيرة من
الفلفل الأسود، ٣ ملاعق طعام من دبس الرمان، ربع كوب من الزيت النباتي، بصلة صغيرة مفرومة ناعماً.

التحضير

يسخن الزيت في قدر فوق النار ويقلى فيه الصنوبر، ثم يرفع ويوضع جانباً.

يستعمل الزيت نفسه لقلي البصل حتى يذبل. يضاف اللحم والملح ويطهى المزيج حتى ينضج اللحم ويتغير لونه.

تطفأ النار وتضاف التوابل إلى محتوى القدر مع دبس الرمان والصنوبر. يخلط الكل جيداً وتترك الحشوة جانباً.

يذوب الثلج عن رقاقات الفيلو وتدهن كل رقاقة بمزيج الزيت والسمن أو الزبدة.

تكدّس ٥ رقاقات مكسوة بالزيت فوق بعضها البعض ثم تقطع إلى مربعات حجمها ٨ إلى ١٠ سم.

يحشى كل مربع بمقدار ملعقة طعام من حشوة اللحم، ثم تجمع الحواف الأربع لكل مربع مع بعضها على شكل رزمة وترصف في صينية غير لاصقة أو في صينية مدهونة بالقليل من الزيت.

تخبز المربعات المحشوة في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى تصبح حواف العجين وردية اللون. تخرج الرقاقات المحشوة من الفرن ويسكب فوقها ما تبقّى من اللحم. تزين الرقاقات بالبقدونس وتقدم ساخنة كنوع لذيذ من المقبلات.

فطائر باللحم

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

٣ أكواب من الدقيق (الطحين)
ملعقة صغيرة من الخميرة الفورية
كوب من الماء البارد
ربع كوب من الزيت النباتي
نصف ملعقة صغيرة من الملح.

الحشوة
كيلوغرام من اللحم المفروم ناعماً (مثل لحم الهامبرغر)
ملعقة طعام من الخردل
بصلة كبيرة مفرومة ناعماً
ملعقة طعام من الملح
ملعقة صغيرة من البهار الحلو، نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود، ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر
ملعقتا طعام من الدقيق.
يخلط اللحم مع الخردل، والبصل، والملح، والتوابل والدقيق للحصول على مزيج دبق.

التحضير
يخلط الدقيق مع الملح، والماء، والزيت، والخميرة للحصول على عجينة قاسية. تترك العجينة مغطاة حتى ترتاح لمدة ٣٠ دقيقة.
يرش الدقيق فوق سطح الطاولة وترق العجينة للحصول على دائرة كبيرة. يستعمل فنجان الشاي بمثابة قطاعة لتقطيع العجينة إلى دوائر صغيرة. تغمس اليدان في الماء لتبليل سطح كل دائرة عجين صغيرة.
يوضع مقدار قليل من الحشوة فوق كل دائرة عجين وتبسط الحشوة لتصبح مسطحة.
ترصف الفطائر فوق صينية مكسوة بالدقيق.
يسخن الزيت النباتي في مقلاة وتقلى فيه الفطائر على أن تكون جهة اللحم إلى الأسفل أولاً بعد أن يسخن الزيت جيداً.
تقدم الفطائر ساخنة أو فاترة مع اللبن وشرائح الليمون.

غراتان الباذنجان باللحم

الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص

كيلوغرام من الباذنجان الأسود الصغير والطويل
٣٠٠ غرام من لحم الغنم أو العجل المفروم على نحو متوسط
ربع كوب من الصنوبر
ملعقة طعام من معجون البندورة (الطماطم)
نصف كوب من الماء
لتذويب المعجون
ملح وفلفل أسود
بهار وقرفة
رأسا بندورة متوسطان مقشران ومقطعان إلى مكعبات صغيرة
رأس فلفل أخضر حريف مفروم ناعماً
بصلة متوسطة مفرومة
زيت لقلي الباذنجان
زيت وملعقة طعام من الزبدة أو السمن لقلي اللحم
صلصة بيضاء
١٠٠غ من الجبنة المتنوعة (غرويار وموزاريلا وقشقوان).

الصلصة البيضاء
ملعقتا طعام من الدقيق (الطحين)
ملعقتا طعام من الزبدة
كوب من القشدة
نصف كوب من الحليب
ملح ورشة من جوزة الطيب.
تسخن الزبدة في قدر. يضاف اليها الدقيق ويقلى معها حتى تفوح رائحة لذيذة.
تضاف القشدة والحليب مع الملح وجوزة الطيب. يطهى المزيج حتى تظهر الفقاقيع فيه. ترفع القدر عن النار.

التحضير
تغسل رؤوس الباذنجان وتجفف ثم تقشر أقلاماً. تنقع رؤوس الباذنجان في الماء المملح لمدة ساعة، ثم تجفف وتترك جانباً.
يسخن الزيت في مقلاة عميقة وتقلى فيه رؤوس الباذنجان حتى تصبح وردية اللون.
تحضّر حشوة اللحم ويحشى كل رأس باذنجان بالحشوة.
تفرم البندورة وتوزع والفلفل الأخضر الحريف في قعر صينية الخبز.
ترصف رؤوس الباذنجان المحشوة فوق البندورة، وتسكب فوقها الصلصة البيضاء وترش فوقها الجبنة المتنوعة.
تخبز الصينية في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت إلى أن تصبح الصلصة وردية اللون وتذوب الجبنة.

تحضير حشوة اللحم
يسخن الزيت مع الزبدة أو السمن في مقلاة ويقلى الصنوبر ثم يرفع.
يقلى بعدها البصل المفروم في المقلاة نفسها بما تبقى من الزيت لبضع دقائق. يضاف إليه اللحم ويتابع القلي حتى يتغير لون اللحم وينضج.
يضاف معجون البندورة مع الماء ومن ثم التوابل ويتابع الطهو لبضع دقائق اضافية ثم يضاف الصنوبر المقلي وتخلط الحشوة جيداً.

متبل الباذنجان باللحم

الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص

رأسان كبيران من الباذنجان (المدعبل)
٣ فصوص ثوم مهروسة
نصف كوب من الطحينة
نصف كوب من اللبنة
ملح
القليل من الماء
نصف كيلوغرام من اللحم الطري (فيليه) المقطع إلى مكعبات صغيرة جداً
ربع كوب من الزيت
ملعقتا طعام من الزبدة أو السمن
ربع كوب من الصنوبر
ملح وفلفل أسود وبهار حلو للحم.

التحضير

يوخز الباذنجان بالشوكة في أماكن عدة ثم يشوى فوق النار أو في الفرن حتى ينضج.
يقشر الباذنجان ويهرس بواسطة مهرسة البطاطا أو بمتن الشوكة.
يخلط الباذنجان المهروس مع الملح، والطحينة، واللبنة والثوم.
يضاف القليل من الماء إذا كان المزيج كثيفاً.
يسكب المتبل في أطباق ويزيّن باللحم المقلي والصنوبر.
يسخن الزيت والزبدة أو الزيت والسمن في مقلاة ويقلى الصنوبر، ثم يرفع بواسطة ملعقة ذات ثقوب ويوضع في طبق.
يستعمل الزيت نفسه لقلي مكعبات اللحم حتى يتغير لونها. يجب عدم الإفراط في قلي اللحم كي لا يجف ثم يضاف الملح والتوابل إلى مكعبات اللحم.
يسكب اللحم مع الزيت الباقي في المقلاة فوق أطباق المتبل. يرش من ثم الصنوبر المقلي وتقدم الأطباق ساخنة.

إكلير بالليمون

الكمية تصنع
١٠ إلى ١٢ قطعة إكلير

كوب من الماء
كوب من الدقيق
ثلث كوب من الزبدة
٤ بيضات
قشرة ليمونة واحدة

التحضير

يسخن الماء في قدر مع قشرة الليمون. ترفع بعدها قشرة الليمون.
تضاف الزبدة إلى الماء وتذوب فيه، ثم يضاف الدقيق. يطهى الخليط فوق النار مع ضرورة التحريك بواسطة ملعقة خشبية حتى يتحول المزيج إلى كتلة واحدة. تطفأ النار وتترك العجينة حتى تبرد لمدة ١٥ إلى ٢٠ دقيقة.
يضاف البيض، بمعدل بيضة واحدة كل مرة، حتى الحصول على عجينة دبقة.
توضع العجينة في كيس حلويات مزود رأساً معدنياً عادياً وتسكب العجينة في شكل خطوط طولها ١٢ إلى ١٤ سم وذلك في صينية غير لاصقة أو في صينية مكسوة بورق البرشمان.
يحمى الفرن لدرجة ٣٧٥ درجة فهرنهايت وتخبز فيه قطع الإكلير حتى تنتفخ وتصبح ذهبية اللون. يطفأ الفرن وتترك قطع الإكلير فيه لمدة ٣٠ دقيقة حتى تجف نتيجة حرارة الفرن.
ترفع قطع الإكلير من الفرن ويفتح شق في كل منها بعد أن تبرد لحشوها بالكريم باتيسيير.

كريم باتيسيير

كوبان من الحليب
قشرة ليمونة واحدة
نصف كوب من السكر
ربع كوب من دقيق الذرة
٣بيضات
ملعقة صغيرة من برش
قشرة الليمون
رشة فانيلا
ملعقة طعام من الزبدة.

التحضير

يسخن الحليب في قدر فوق النار مع قشرة الليمون، ثم ترفع هذه القشرة. في وعاء آخر، يخلط السكر مع دقيق الذرة والبيض وبرش الليمون. يضاف هذا الخليط تدريجياً إلى الحليب ويحرك المزيج بواسطة مخفقة معدنية لتفادي نشوء الكتل.
يعاد هذا المزيج إلى النار ويطهى، مع ضرورة التحريك دوماً، إلى أن تبدأ الفقاقيع بالظهور.
تطفأ النار، وتضاف الزبدة إلى المزيج.
يسكب المزيج في طبق مسطح ويغطى بورق النايلون اللاصق حتى موعد الاستعمال.
حين يبرد المزيج يوضع في كيس حلويات لحشو قطع الإكلير بها.

زينة الإكلير

كوبان من السكر
٢ إلى ٣ ملاعق طعام من الماء
ملعقة طعام من عصير الليمون
ملوّن أصفر للطعام
ملعقتا طعام من الزيت.

تخلط هذه المكونات مع بعضها ويستعمل هذا المزيج لدهن أعلى قطع الإكلير. يستعمل الطرف غير القاطع من السكين لتمهيد سطح هذا المزيج.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

سلطة الفلفل
المشوي والثوم المشوي

التحضير

يحمى الفرن مسبقاً إلى حرارة ٣٥٠ درجة فهرنهايت أو ١٨٠ درجة مئوية.

ترصف رؤوس الفلفل في صينية رقيقة وتخبز في الفرن لمدة ٣٠ دقيقة، شرط تقليبها بين الحين والآخر حتى تنضج تماماً. (يمكنك استعمال المايكروويف بحيث تقتصر مدة الخبز على ٢٠دقيقة أو شواء الفلفل على الفحم).

تخرج رؤوس الفلفل من الفرن، وتغلف بكيس نايلون أو كيس ورقي فيما لا تزال ساخنة وتترك جانباً لمدة نصف ساعة. تخرج رؤوس الفلفل من الكيس وتقشر. يشطر كل رأس فلفل طولياً إلى نصفين وتنزع منه البذور والأعناق والضلوع. تقطع بعدها إلى قطع طويلة ورفيعة.

ترصف قطع الفلفل في الوعاء ويضاف إليها الملح والفلفل حسب الذوق. يرش فوقها البقدونس وينثر فوقها الزيت والثوم.

يحرك الخليط جيداً ويترك لمدة ساعتين قبل التقديم في حرارة الغرفة للسماح بامتزاج النكهات.

لإعداد رأسي الثوم، يفركان قليلاً بزيت الزيتون ويشويان حتى يصبح سطحهما وردي اللون. يقدم الخبز المحمص مع هذا النوع من المقبلات.

رأسان كبيران من الفلفل الأصفر
رأسان كبيران من الفلفل الأحمر
فص ثوم مهروس
رأسان كبيران من الفلفل الأخضر
ملح
فلفل مطحون حديثاً
ملعقة طعام من البقدونس
ملعقتا طعام من زيت الزيتون
رأسان من الثوم.

فاهيتا اللحم أو الدجاج

التحضير

يخلط ربع كوب من الزيت مع الخل والسكر والصعتر ومسحوق الفلفل الحريف والثوم والملح والفلفل في وعاء زجاجي. توضع شرائح اللحم أو الدجاج في طبق وتغلف من كلا الجهتين بالمزيج وتترك منقوعة لمدة ٨ ساعات على الأقل أو طوال الليل، شرط تقليبها بين الحين والآخر. تسخن مقلاة التورتيلا جيداً ويوضع فيها البصل والفلفل الأخضر والأحمر. يقلى الكل معاً على نار قوية حتى ينضج البصل والفلفل شرط الحفاظ على هشاشتهما. يضاف اللحم أو الدجاج ويتابع الطهو لمدة ٥ إلى ٧ دقائق حتى يصبح اللحم بني اللون. تلف التورتيلا بورق الألمنيوم وتسخن في الفرن لمدة ١٥ دقيقة تقريباً أو حتى تسخن. تخرج التورتيلا من الفرن شرط إبقائها ملفوفة. تقدم الفاهيتا بوضع لحم البقر أو الدجاج ومزيج البصل والصلصة والجبنة والغواكامول والقشدة الرائبة في وسط كل تورتيلا. يطوى طرف واحد من التورتيلا في شكل ظرف.

٧٥٠غ من اللحم الهبر أو صدر الدجاج المقطع إلى شرائح سماكتها ١ سم
ربع كوب من الزيت النباتي
ربع كوب من الخل الأحمر
نصف ملعقة صغيرة من السكر
ملعقة طعام من الصعتر البري الطازج أو ملعقة صغيرة من الصعتر المجفف
ملعقة صغيرة من البهار الحلو أو مسحوق الفلفل الأحمر
نصف ملعقة طعام من الثوم المهروس
نصف ملعقة صغيرة من الملح
ربع ملعقة صغيرة من الفلفل
١٢ قطعة تورتيلا بحجم ٢٥ سم
ملعقتا طعام من الزيت النباتي
بصلتان كبيرتان مقطعتان إلى شرائح رأسان متوسطان من الفلفل الأخضر والأحمر مقطعان إلى شرائح طويلة عرضها ١ سم
علبة من صلصة الفلفل الحريف
كوب من جبنة الشيدار المبشورة
كوب من صلصة الغواكامول
كوب من القشدة الرائبة.

كبة مشوية

التحضير

تخلط مكونات الكبة مع بعضها ويستعمل الماء البارد لدعك الكبة والحصول على عجينة دبقة.

يسخن الزيت في مقلاة غير لاصقة ويقلى فيه البصل حتى ينضج جيداً ويذبل.

تطفأ النار ويضاف الملح إلى البصل مع الكمون، والسماق، والفلفل الأحمر، والبهار الحلو، والفلفل الأسود، ونصف ملعقة صغيرة من القرفة واللوز. يترك هذا المزيج حتى يبرد ثم يضاف إليه اللحم ويخلط معه من دون أي طهو.

يؤخذ مقدار صغير من عجينة الكبة ويسطح في اليد. تحشى الكبة بحشوة اللحم والبصل، ثم يغلق قرص الكبة وتختم الحواف جيداً (راجع الصورة). تدهن أقراص الكبة بالزيت النباتي أو السمنة وتشوى فوق الفحم أو في الفرن.

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص
كيلوغرام من لحم الكبة الهبر المطحون
٤ أكواب من البرغل الأبيض الناعم
كوب من السميد
بصلة متوسطة مقطعة إلى أربعة أقسام
ملعقة طعام من الملح
ملعقة طعام من معجون الفلفل (اختياري)، ماء لدعك الكبة.

الحشوة

كيلوغرام من البصل المقشر والمقطع إلى شرائح رقيقة
نصف كيلوغرام من اللحم المفروم.

للحشوة

نصف كوب من الزيت النباتي
ملعقة صغيرة من الملح
ملعقتا طعام من الكمون
ملعقة طعام من السماق
ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر غير الحريف
ملعقة صغيرة من البهار الحلو
نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود
نصف ملعقة صغيرة من القرفة
كوب من اللوز المفروم على نحو خشن (اختياري).

حساء العائلة

التحضير

يوضع لحم الموزات مع عظامه في طنجرة الضغط أو في قدر كبيرة ويغسل مرات عدة قبل وضعه فوق النار. حين تظهر الزفرة في الأعلى، تزال بواسطة ملعقة ذات ثقوب، وتضاف التوابل مع الملح والبصل إلى محتوى القدر. تغطى القدر ويطهى اللحم حتى ينضج. يرفع اللحم من القدر ويصفى وتنزع عنه العظام. يغسل الأرز ويضاف إلى المرقة مع معجون البندورة وكوبين من عصير البندورة. يطهى الكل مجدداً مع اللحم حتى يتكاثف الحساء قليلاً وينضج الأرز جيداً. يسكب الحساء في أطباق ويرش فوقه البهار الأسود ويقدم ساخناً لكل أفراد العائلة.

ملاحظة: يمكن إعداد الحساء نفسه باستعمال الدجاج بدل اللحم.

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص
نصف كيلوغرام من لحم الموزات مع عظامه
عودا قرفة
بصلة كبيرة مقطعة إلى أربعة أقسام
٥ حبات بهار كاملة
ملح
ورقتا غار
٥ حبات هال
كمية كبيرة من الماء
لطهو اللحم
ملعقة طعام من معجون البندورة (الطماطم)
كوبان من عصير البندورة
نصف كوب من الأرز المصري.

بندورة محشوة بجبنة الموزاريلا

التحضير

يقطع القسم العلوي من كل رأس بندورة لاستعماله لاحقاً بمثابة غطاء. يغرف اللب الموجود داخل كل رأس بندورة ثم يجفف رأس البندورة بمحارم المطبخ الورقية ويرش فوقه القليل من الملح والفلفل. تقطع جبنة الموزاريلا إلى مكعبات صغيرة ثم تخلط مع أوراق الحبق المفرومة ويوزع هذا المزيج على رؤوس البندورة الفارغة. يسكب مقدار ملعقة طعام من زيت الزيتون فوق كل رأس بندورة محشو بالجبنة. تزين رؤوس البندورة بأوراق الحبق قبل التقديم.

ملاحظة: يجب ألا تغسل أوراق الحبق بالماء للحؤول دون اسوداده.

٦ رؤوس بندورة (طماطم) حمراء وقاسية، ٣ قطع من جبنة الموزاريلا المقطعة إلى مكعبات، ٢٠ إلى ٢٤ ورقة حبق طازجة
٦ ملاعق طعام من زيت الزيتون، ملح وفلفل أبيض.

قنبيط بالحمص واللحم

الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص

كيلوغرام من القنبيط الطازج، ٥٠٠غ من لحم البقر أو الغنم المقطع إلى مكعبات، نصف كوب من السمن أو الزبدة، نصف كوب من الحمص المنقوع نصف كوب من الطحينة ثلاث بصلات متوسطة الحجم، عصير ليمون حامض، عصير ليمون أبو صفير.

التحضير

يقطع القنبيط إلى قطع متوسطة الحجم لسلقها في الماء لمدة ٥ دقائق. تصفى بعدها قطع القنبيط من الماء. يقطع اللحم إلى مكعبات متوسطة الحجم ويسلق مع عود من القرفة حتى ينضج جزئياً وترفع بعدها من المرق وتوضع في وعاء. يفرم البصل إلى جوانح رقيقة ويقلى في السمن حتى يذبل. يسكب البصل المقلي فوق الحمص واللحم المسلوق. يطهى الكل معاً لبعض الوقت، ثم يغمر الخليط بالماء المغلي. يضاف القليل من الملح إلى ماء السلق. يطهى المزيج فوق نار متوسطة. تخفق الطحينة مع عصير الليمون وعصير أبو صفير لتصبح رقيقة جداً. تضاف الطحينة إلى القدر مع كوب من الماء الساخن. يحرك الخليط جيداً ويترك حتى يغلي فوق النار. يضاف بعدها القنبيط المسلوق على أن يغمر تماماً بالصلصة. يطهى القنبيط مع الصلصة فوق نار متوسطة ثم خفيفة حتى ينضج. يسكب القنبيط في الأطباق ويقدم مع الأرز بالشعيرية.

ملاحظة: يمكن قلي القنبيط بدل سلقه إذا شئت.

تورتة الأربع فواكه

التحضير

يخلط الدقيق مع الزبدة والفانيلا والسكر الناعم وصفار البيض في خلاط الطعام حتى الحصول على عجينة متماسكة في زاوية واحدة من الخلاط.

تلف العجينة بورق النايلون وتحفظ في الثلاجة لمدة ساعة.

يرش الدقيق فوق سطح الطاولة وترق العجينة لتصبح أكبر من قالب التورتة. يمكنك وضع رقاقة من النايلون فوق العجينة أثناء رقها لتفادي التصاق العجينة بالشوبك.

تنقل العجينة إلى قالب تورتة قطره ٣٠ سم ويوخز قعرها بالشوكة. تحفظ العجينة في قسم التجليد من الثلاجة لمدة ساعة كاملة.

يحمى الفرن لدرجة ٣٥٠ فهرنهايت وتخبز عجينة التورتة فارغة حتى تصبح وردية اللون.

تخرج التورتة من الفرن وتترك جانباً حتى تبرد.

تحضر الكريم باتيسيير وتستعمل لحشو التورتة.

ترصف الفاكهة على دفعات فوق التورتة وتحفظ في الثلاجة حتى موعد التقديم.

كريم باتيسيير

يسخن الحليب في قدر.

يخلط البيض مع دقيق الذرة والسكر في وعاء آخر.

يرفع الحليب عن النار ويترك جانباً حتى يفتر.

يضاف مزيج البيض إلى الحليب ويخلط معه بواسطة شريط معدني لتفادي نشوء الكتل.

يعاد الخليط إلى النار ويطهى حتى يصبح كثيفاً وتظهر فيه الفقاقيع، مع ضرورة التحريك باستمرار لتفادي التصاق المزيج في قعر القدر.

تضاف الزبدة إلى الخليط وتخلط معه.

تنقل القشدة إلى طبق مسطح وتغطى بورق النايلون اللاصق مباشرة.

حين تبرد القشدة، يمكن استعمالها لحشو التورتة أو يمكن حفظها في الثلاجة حتى موعد التقديم.

ملاحظة: إذا أصبحت القشدة كثيفة نتيجة حفظها في الثلاجة، يمكن إضافة الحليب إليها على دفعات لجعلها قابلة للبسط.

الكمية تكفي ٨ إلى ١٠ أشخاص

العجينة

كوبان إلى كوبين ونصف الكوب من الدقيق (الطحين)

صفار بيضة واحدة

ثلاثة ارباع الكوب من الزبدة، ثلاثة أرباع الكوب إلى كوب واحد من السكر الناعم، رشة فانيلا.

الفاكهة

فريز (فراولة) مقطعة إلى شرائح، إجاص مقطع إلى شرائح، دراق مقطع إلى شرائح، كيوي مقطع إلى شرائح، مربى للطبقة العلوية.

كريم باتيسيير

كوبان من الحليب

قشرة ليمونة واحدة

نصف كوب من السكر

ملعقة طعام من السكر

ربع كوب من دقيق الذرة

٣ بيضات

فانيلا

ملعقة طعام من الزبدة.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

كانيللوني بالدجاج

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

علبة كانيللوني مطهوة مسبقاً (لا حاجة إلى سلقها)
بصلة كبيرة مفرومة
ملعقة طعام من الثوم المهروس
ملعقة صغيرة من الملح
نصف ملعقة صغيرة من البهار
ربع ملعقة صغيرة من القرفة
نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأبيض
ملعقة طعام من معجون البندورة (الطماطم)
نصف كيلوغرام من لحم الدجاج المفروم على نحو متوسط
زيت وزبدة لطهو الحشوة
ملعقة صغيرة من الحبق اليابس وملعقتا طعام من الحبق الطازج المفروم
ملعقة طعام من الصعتر اليابس
٣ أكواب من صلصة البندورة، صلصة بيضاء.
الفلفل، ربع ملعقة صغيرة من برش جوزة الطيب
١٠٠غ من الجبنة المتنوعة.

التحضير

يسخن الزيت والزبدة في مقلاة عميقة. يقلى البصل والثوم حتى يذبلا. يضاف من ثم لحم الدجاج المفروم والملح والتوابل ويتابع القلي حتى يتغير لون اللحم وينضج. يضاف معجون البندورة ويطهى الخليط حتى يصبح كثير العصارة وينضج جيداً. يضاف الحبق والصعتر. يتم تذوق الخليط وتضاف التوابل حسب الحاجة. تترك هذه الحشوة جانباً.

إعداد الصلصة البيضاء

كوبان من الحليب
نصف كوب من القشدة
٣ ملاعق طعام من الزبدة
٣ ملاعق طعام من الدقيق (الطحين)
نصف ملعقة صغيرة من الملح، ربع ملعقة صغيرة من الفلفل، ربع ملعقة صغيرة من برش جوزة الطيب
١٠٠غ من الجبنة المتنوعة.

التحضير

تذوب الزبدة في قدر ويضاف إليها الدقيق. يقلى الاثنان معاً لبضع دقائق باستعمال ملعقة خشبية. تضاف القشدة ويحرك الخليط بواسطة شريط معدني للحصول على صلصة ناعمة. يضاف الملح والفلفل وبرش جوزة الطيب والجبنة المتنوعة. يخلط الكل جيداً. تحشى أبواق الكانيللوني بحشوة الدجاج. تسكب صلصة البندورة في قعر صينية زجاجية مقاومة للحرارة، وترصف فوقها أبواق الكانيللوني المحشوة جنباً إلى جنب. تسكب الصلصة البيضاء فوق الكانيللوني وتترك الصينية الزجاجية جانباً لمدة ساعة إلى ساعتين حتى يمتص الكانيللوني كل الصلصة. يحمى الفرن لدرجة ٣٥٠ فهرنهايت وتخبز فيه صينية الكانيللوني حتى يصبح سطحها وردي اللون.

ملاحظة: بالنسبة إلى الكانيللوني المطهو مسبقاً، يكون مكتوباً على العلبة إنه لا يجدر بك سلقه قبل الحشو، وهذا ما يجعله أسهل على الحشو.

صلصة كوكتيل بالخضار

ثلاثة أرباع الكوب من المايونيز
نصف ملعقة صغيرة من صلصة التاباسكو
ملعقة طعام من صلصة وورشستر
نصف كوب من الكاتشاب
ملعقتان صغيرتان من عصير الليمون
ملعقتا طعام من القشدة الطازجة
قنبيط، بروكولي، كرفس، جزر.

التحضير

تخلط المايونيز مع صلصة التاباسكو وصلصة وورشستر والكاتشاب وعصير الليمون والقشدة الطازجة للحصول على صلصة متوسطة القوام. تقدم هذه الصلصة مع الخضار النيئة الهشة. كما يمكن تقديم هذه الصلصة مع القريدس المسلوق الموضوع فوق مهد من خس آيسبرغ.

جربي كاتشاب Heinz.

سلطة التاكو

علبة من الفاصوليا المكسيكية المهروسة
٣٠٠غ من اللحم المفروم + فصان مهروسان من الثوم
مغلف من بهارات التاكو
كيس من مثلثات التاكو
خسة مفرومة ناعماً
رأسان من البندورة مقطعان إلى مكعبات صغيرة + كوب من جبنة الشيدار المبشورة.

صلصة
Thousand Island
بيضة أو بيضتان
مسلوقتان ومفرومتان خشناً
كوبان من المايونيز
ربع كوب من الزيتون الخالي من النوى
ربع كوب من الكتشاب
ملعقة طعام من الكبار
ملعقة طعام من البصل المفروم ناعماً
تخلط كل هذه المكونات معاً وتحفظ في الثلاجة.

التحضير

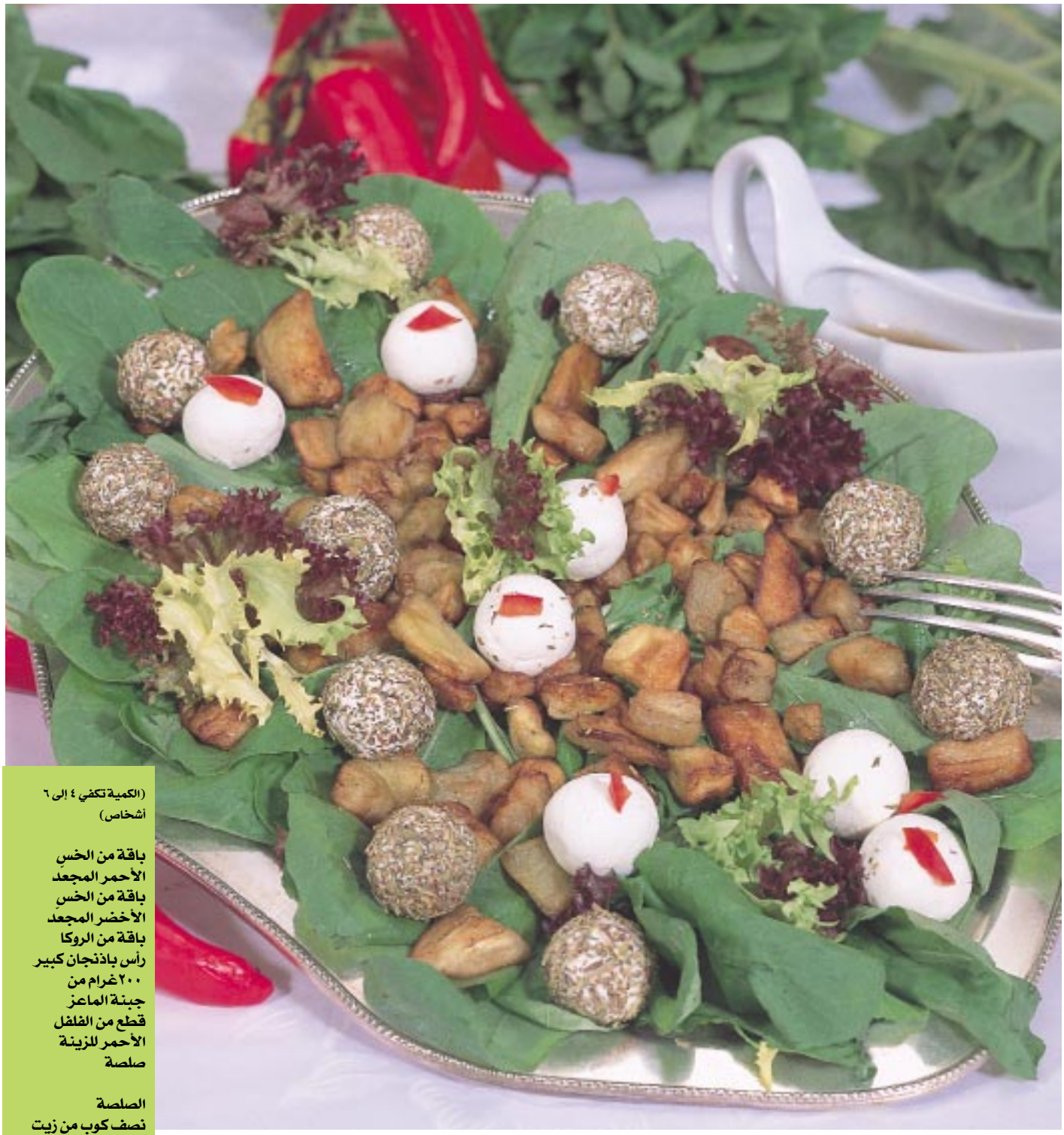
يطهى اللحم في القدر، وتضاف إليه صلصة التاكو مع ثلاثة أرباع الكوب من الماء حتى يجري امتصاص كل الماء. تضاف الفاصوليا المكسيكية المهروسة ويطهى الكل مجدداً لمدة ٥–٧ دقائق، ثم يترك هذا المزيج جانباً. يرصف مهد من الخس المفروم في طبق التقديم. يخلط كوبان من الخس المفروم مع الصلصة المذكورة آنفاً ويسكب المزيج فوق مهد الخس. توضع بعدها حشوة اللحم، ويزين الطبق بمثلثات التاكو والبندورة (الطماطم). ترش بعدها جبنة الشيدار في الأعلى ويقدم الطبق بمثابة سلطة مع القشدة الرائبة والأفوكادو.

القشدة الرائبة

كوبان من القشدة الطازجة
٤ ملاعق طعام من الحامض
نصف ملعقة صغيرة من الملح
رشة بهار أبيض
٣ قطرات من صلصة التابسكو الحريفة.

التحضير

يخلط الكل معاً ويخفق في الخلاطة الكهربائية للحصول على مزيج شبه كثيف من القشدة الرائبة.



سلطة الروكا والباذنجان وجبنة الماعز والخس

(الكمية تكفي ٤ إلى ٦ أشخاص)

باقة من الخسِ الأحمر المجعد
باقة من الخسِ الأخضر المجعد
باقة من الروكا
رأس باذنجان كبير
٢٠٠ غرام من جبنة الماعز
قطع من الفلفل الأحمر للزينة
صلصة

الصلصة
نصف كوب من زيت الزيتون أو الزيت النباتي
نصف ملعقة طعام من العسل
ملعقة صغيرة من الخردل المحبب (خردل ديجون)
نصف كوب من عصير الليمون أو الخل
نصف ملعقة صغيرة من الملح

التحضير

يغسل الخس الأحمر والأخضر ويوزع إلى باقات صغيرة. تغسل الروكا ويتم الاحتفاظ بأوراقها كاملة.

تحضر كرات من جبنة الماعز، ويتم غمس بعضها في الصعتر البري.

يقشر رأس الباذنجان ويقطع مكعبات ويرش بالملح. يترك منقوعاً بالملح لمدة نصف ساعة. يضغط على مكعبات الباذنجان للتخلص من فائض الرطوبة. يقلى الباذنجان في الزيت حتى يصبح وردي اللون.

يرصف الخس والروكا والباذنجان المقلي وكرات الجبن في طبق التقديم. تقدم السلطة مع الصلصة.

خبز البيتا بالدجاج

التحضير

يسلق الدجاج مع باقة المطيبات المؤلفة من ورقتيّ غار، وبصلة متوسطة مقطعة إلى أربعة، وعود قرفة، و٢ إلى ٣ حبات هال وملح وماء. يسلق الدجاج لمدة ٢٠ إلى ٢٥ دقيقة في طنجرة الضغط. يرفع الدجاج من ماء السلق ويترك ليبرد ثم ينظف من العظام ومن الجلد ويفتت اللحم.

يدعك البصل المقطع إلى شرائح رقيقة مع ملعقة صغيرة من الملح في وعاء صغير حتى يفرز البصل كل عصارته. يغسل بعدها البصل تحت الماء البارد ويعصر جيداً.

يسخن الزيت في قدر غير لاصقة ويقلى فيها البصل حتى يصبح شاحباً وشفاف اللون.

يضاف إليه لحم الدجاج المفتت ويتابع القلي لمدة ٢ إلى ٣ دقائق. يضاف من ثم السماق مع القليل من الفلفل الأسود والبهار الحلو. تخلط هذه المكونات مع بعضها ويترك المزيج جانباً ليبرد.

يفتح شق في كل رغيف بيتا يدهن بقليل من المايونيز ثم يحشى بملعقة طعام من مزيج الدجاج المحضر.

تصف أرغفة البيتا المحشوة في طبق التقديم على مهد من أوراق الخس المفرومة وتقدم إلى الضيوف بمثابة نوع لذيذ من المقبلات.

كما يمكنك وضع بضعة قطع من الخس داخل أرغفة البيتا إذا شئت.

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

كيلوغرام إلى كيلوغرام ونصف الكيلوغرام من الدجاج المسلوق والمفتت
كيلوغرام من البصل المقطع الى شرائح
علبة من أرغفة البيتا الصغيرة (نحو ٢٤ رغيفاً بيتا صغير أو أكثر حسب الحاجة)
٢ إلى ٣ ملاعق طعام من السماق
نصف كوب من الزيت النباتي، رشة ملح
فلفل أسود، رشة بهار حلو
مايونيز، أوراق خس مفرومة ناعماً.

بلونديز

التحضير

يحمى الفرن لدرجة ٣٢٥ درجة فهرنهايت. تدهن الصينية بالزبدة وتغطى بورق الألمنيوم. يدهن بعدها ورق الألمنيوم بالزبدة.

يخلط السكر مع الزبدة في وعاء ويخلط الاثنان معاً بواسطة الخلاط الكهربائي للحصول على مزيج ناعم.

يخفق البيض بواسطة الشوكة في وعاء صغير. يضاف البيض مع الفانيلا إلى مزيج الزبدة ويحرك الكل جيداً.

يخلط الدقيق مع الباكينغ صودا وبرش جوز الهند والملح في وعاء منفصل. يضاف هذا الخليط إلى مزيج البيض ويحرك الاثنان معاً للحصول على مزيج متجانس.

يسكب الكاراميل بواسطة الملعقة فوق سطح هذا المزيج.

تحرك الصلصة قليلاً بواسطة طرف سكين من دون وصول السكين إلى أعماق الصلصة.

يرش المزيد من برش جوز الهند واللوز المسلوق والمقشر فوق الصلصة.

تخبز البلونديز لمدة ٢٥ إلى ٣٠ دقيقة في الفرن أو حتى يحمرّ سطحها قليلاً ويبقى وسطها طرياً قليلاً.

يجب عدم الإفراط في خبز البلونديز لأن هذا يجعلها جافة. تترك البلونديز جانباً لمدة ٣٠ دقيقة حتى تبرد، ثم ترفع من الصينية. تقطع البلونديز إلى مربعات أو مثلثات وتقدم.

الكمية تصنع ١٢ قطعة

كوب من الزبدة الطرية غير المملحة، كوب ونصف الكوب من السكر الأسمر
رشة فانيلا
٤ بيضات، كوبان ونصف الكوب من الدقيق المتعدد الاستعمالات، ملعقة صغيرة من الباكينغ صودا، نصف كوب من صلصة الكاراميل، نصف كوب من برش جوز الهند، نصف كوب من اللوز المسلوق والمقشر للزينة.

صلصة الكاراميل

نصف كوب من السكر
نصف كوب من الكريما الطازجة، ملعقة صغيرة من الزبدة.

تحضير الصلصة

يسخن السكر حتى يصبح ذهبي اللون. تضاف إليه الكريما الطازجة وتخلط معه. تضاف من ثم الزبدة ويحرك المزيج للحصول على صلصة متجانسة.

نمورة بالسكر الأسمر ودبس العنب (وصفة للحمية)

التحضير

يخلط السميد مع اللبن والسكر الأسمر ودبس العنب والباكينغ باودر في وعاء. يدهن قعر صينية دائرية قطرها ٣٥ سم بالطحينة. يسكب خليط السميد في الصينية ويمهد سطحه. تترك الصينية جانباً لمدة ساعتين حتى يمتص السميد كل اللبن والسكر ويتكاثف. تقطع النمورة النيئة إلى مربعات ويزين كل مربع بحبة لوز. تخبز النمورة لمدة ٢٠ إلى ٢٥ دقيقة في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت محمى مسبقاً حتى يشقر سطحها ولكن من دون أن يحترق قعرها. بعد إخراج النمورة من الفرن، تسكب فوقها ٣ أكواب من قطر السكر البارد وتترك النمورة جانباً حتى تبرد تماماً.

ملاحظة: لتفادي احتراق قعر النمورة، تستعمل صينية مزدوجة القعر لتفادي التغلغل السريع للحرارة.

يتوافر قطر سكر الحمية أو السكر الخاص لداء السكري في محلات الحلويات العربية.

كما ان مسحوق المحلّ الصناعي متوافر في محلات السوبرماركت.

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

كوبان من السميد
كوبان من اللبن الخالي من الدسم
ربع كوب من السكر الأسمر، ملعقتا طعام من دبس العنب
ملعقتان صغيرتان من الباكينغ باودر
٣ أكواب من قطر السكر مع محلٍ صناعي
نصف ملعقة طعام من ماء الزهر
نصف ملعقة طعام من ماء الورد
ملعقة طعام من الطحينة لدهن قعر الصينية
لوز للزينة.

الشمام مع صلصة اللبن

الكمية تكفي ٦ أشخاص

كوبان من الشمام الأصفر المقشر والمقطع إلى مكعبات
كوبان من الشمام الأخضر المقشر والمقطع إلى مكعبات
كوبان من البطيخ الأحمر الخالي من البذور المقشر والمقطع إلى مكعبات

صلصة اللبن
كوب ونصف الكوب من اللبن العادي الخالي من الدسم أو نصف كوب من اللبنة
٣ ملاعق طعام من العسل.

التحضير

يقطع الشمام والبطيخ إلى مكعبات بحجم ٢.٥ سم. توضع هذه المكعبات الملونة على شكل متناوب في وعاء كبير بلوري شفاف أو في أكواب صغيرة حتى تمتلئ الأكواب وتصبح متعددة الألوان.

تغطى الأكواب وتحفظ في الثلاجة لمدة ساعة على الأقل أو لغاية ٣ ساعات.

يصفى اللبن عبر قطعة قماش ناعمة للحصول على لبن بقوام قشدي. يضاف إليه العسل ويخلط معه. يمكن إضافة المزيد من العسل إلى اللبن حسب الذوق لتعديل حلاوته.

توزع صلصة اللبن بالتساوي فوق أكواب الشمام ويسكب فوقها القليل من العسل.

يمكنك وضع اللبنة في كيس حلويات له رأس زخرفي وسكبها في أشكال زخرفية فوق كل كوب.

تحفظ الأكواب في الثلاجة قبل التقديم. كما يمكنك تزيين الأكواب بالكريما الطازجة المخفوقة أو القشدة، ومن ثم صب العسل فوقها.

يمكنك استعمال كريمة دريم ويب Dream whip

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

شرائح السمك
مع صلصة الحبق

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص

كيلوغرام من شرائح سمك الهامور أو اللقز (٢٠٠ غ وزن كل شريحة)
٥ رؤوس بندورة (طماطم)
دقيق (طحين) وملح وفلفل أسود
نصف باقة من الحبق
نصف كوب من زيت الزيتون
٣ فصوص ثوم
٤ إلى ٥ ملاعق طعام من عصير الليمون.

التحضير

يرش الملح والفلفل فوق شرائح السمك ثم تغمس في الدقيق وتقلى في الزيت حتى تصبح ذهبية اللون. تحفظ شرائح السمك مغطاة جانباً حتى تبقى فاترة.
تقشر البندورة وتقطع إلى شرائح وتنزع بذورها وترصف فوق ورق برشمان في صينية. يرش فوقها الملح والفلفل الأسود وتدهن بزيت الزيتون.
تشوى البندورة في فرن حرارته ٢٠٠ درجة فهرنهايت حتى تتبخر الرطوبة منها.
تقدم البندورة المشوية مع السمك.
تسكب الصلصة فوق السمك ويقدم الطبق مع معكرونة فارفالي (على شكل فراشة).

الصلصة

يخلط الحبق المفروم مع الثوم المهروس وزيت الزيتون وعصير الليمون والفلفل الأسود.
تسكب هذه الصلصة فوق شرائح السمك.

كركند مع الصلصة الحمراء ونودلز الزعفران

التحضير

توضع كمية كافية من الماء فوق النار في قدر كبيرة حتى الغليان.

حين يغلي الماء، يغمر فيه رأس الكركند أولاً، ومن ثم جسمه.

يسلق الكركند لمدة ٥ إلى ٦ دقائق حتى يصبح أحمر اللون، ثم يرفع من الماء المغلي ويغسل بالماء البارد الجاري من الصنبور.

يفصل الذيل عن الجسم ويقطع جانبا القشرة الرقيقة التي تغطي الذيل لاستخراج اللحم بعناية.

يسخن زيت الزيتون في قدر صغيرة ويقلى فيه البصل حتى يصبح شاحب اللون. يضاف إليه معجون البندورة مع البندورة المفرومة والملح والفلفل الأبيض. يطهى الكل معاً حتى تصبح الصلصة كثيفة قليلاً.

يقطع ذيل الكركند إلى شرائح متوسطة الحجم وتضاف هذه الشرائح إلى الصلصة.

تحضر معكرونة النودلز وتوضع في طبق التقديم.

يوضع الى جانبها رأس الكركند وذيله ويوزع من ثم اللحم مع الصلصة في المسافة الممتدة بين الرأس والذيل.

يزين الطبق بأوراق البقدونس المقلية.

كركند واحد وزنه ٦٠٠ غ
٣ رؤوس بندورة (طماطم) مقشرة ومفرومة
ملعقة طعام من معجون البندورة
بصلة صغيرة مفرومة
ملعقتا طعام من زيت الزيتون
ملح وفلفل أبيض.

ستيك ميتر دوتيل

(Maitre d'Hotel)

كيلوغرام من شرائح لحم البقر (الفيليه)
ملعقتا طعام من الزبدة
ملعقة طعام من الزيت
٢٠٠غ من الزبدة الطرية في حرارة الغرفة
٤ فصوص من الثوم، مهروسة
ملعقتا طعام من البقدونس المفروم ناعماً
ملعقتا طعام من الكزبرة المفرومة ناعماً
ملح
فلفل أسود مطحون خشناً
خضار متنوعة.

التحضير

يُقطع اللحم إلى شرائح سماكتها ١،٥ إلى ٢ سم. تسخن ملعقتا طعام من الزبدة مع ملعقة طعام من الزيت في مقلاة غير لاصقة.

يقلى اللحم فوق نار قوية جداً لتفادي خروج العصارة منه. كما يمكنك شواء اللحم من دون زيت.

بعد قلي كل شرائح اللحم، يرش فوقها الملح والفلفل على الوجهين وتنقل إلى أطباق ساخنة. توضع شريحة من الزبدة فوق كل شريحة لحم وتزين بالخضار والبطاطا وتقدم على الفور.

زبدة الميتر دوتيل

تخلط الزبدة الطرية مع الثوم والبقدونس والكزبرة. يمكن إضافة الملح إذا كانت الزبدة المستعملة غير مملحة، وإلا يضاف القليل من الملح إلى مزيج الزبدة. يسكب مزيج الزبدة على جانب ورقة برشمان وتلف الورقة مثل النقانق وتحفظ في قسم التجليد من الثلاجة حتى يجمد محتواها.

تخرج لفافة الزبدة من الثلاجة وينزع عنها ورق البرشمان وتقطع إلى شرائح سماكتها ١ سم. توضع شريحة من الزبدة فوق كل شريحة لحم ساخنة وتقدم على الفور.

في هذه الأثناء، تبدأ الزبدة بالذوبان نتيجة حرارة شريحة اللحم وتتحول إلى صلصة زبدة.

ملاحظة: يفضل تقطيع اللحم الى شرائح مباشرة قبل طهوها للحفاظ على طراوة اللحم.
تستعمل النار القوية لقلي شرائح اللحم مما يساهم في الحفاظ على عصارتها في الداخل وابقائها طرية.

كرات اللحم في صلصة الطحينة

كيلوغرام من لحم الكفتة المفروم ناعماً
ملعقة طعام من معجون البندورة (الطماطم)
ملعقة صغيرة ونصف الملعقة من الملح
نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود
ربع ملعقة صغيرة من البهار
ربع ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر الحلو
بيضة واحدة
ربع كوب من الكعك المطحون
ملعقة طعام من الدقيق (الطحين)
نصف كوب من الزيت لقلي كرات اللحم والبصل
والصنوبر
٣ بصلات متوسطة مقطعة إلى شرائح
نصف كوب من الصنوبر
نصف كوب من الطحينة + كمية كافية من الماء لتذويبها
ملعقة صغيرة من معجون البندورة.

التحضير

يخلط اللحم مع معجون البندورة والملح والتوابل في وعاء.
تضاف البيضة والكعك المطحون والدقيق.
يخلط الكل معاً للحصول على عجينة وتحوّل هذه العجينة إلى كرات صغيرة بحجم حبات الكرز. تغمس اليدان بالماء أثناء هذه العملية لتفادي التصاق مزيج اللحم بالأصابع.
يسخن الزيت في مقلاة غير لاصقة ويقلى فيه الصنوبر ثم يرفع ويوضع فوق محارم المطبخ الورقية للتخلص من فائض الزيت.
يستعمل الزيت نفسه لقلي البصل حتى يصبح شاحب اللون. تضاف حينها كرات اللحم ويتابع القلي حتى يتغير لون الكرات وينضج داخلها.
تذوب الطحينة في الماء مع صلصة البندورة والملح.
تخلط صلصة الطحينة مع مزيج اللحم والبصل والصنوبر ويسخن المزيج ولكن من دون الغليان.
يقدم الطبق مع الأرز المسلوق.

تورتيللليني مع البورسين بالفلفل

الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص

٢٥٠غ من تورتيللليني السبانخ أو الجبنة (الجاهزة)
علبة من جبنة البورسين بالفلفل الأسود
كوب إلى كوب ونصف الكوب من الكريما الطازجة
جبنة بارميسان مبشورة.

التحضير

يسلق التورتيللني في الماء الساخن حتى ينضج، ثم يصفى ويوضع في قدر. تسخن جبنة البورسين في قدر أخرى مع الكريما الطازجة حتى الحصول على مزيج سائل وطري. يضاف مزيج الجبنة والكريما إلى التورتيلليني ويقدم الخليط فوراً بعد تزيين الطبق بالبقدونس وبرش البارميسان.

ملاحظة: يمكنك استعمال نكهات أخرى من جبنة البورسين مثل البورسين بالثوم أو البورسين بالأعشاب أو البورسين العادية.

يمكنك أيضاً إضافة نصف ملعقة صغيرة من صلصة البندورة (الطماطم) مع ٣ إلى ٤ملاعق طعام من الحبق المفروم خشناً إلى مزيج الجبنة في حال استعمال جبنة البورسين العادية.

تورتة جوز الهند مع المانجا والفراولة

الكمية تكفي ٤ إلى ٥ أشخاص
عجينة جوز الهند
ثلث كوب من بياض البيض في حرارة الغرفة
٣ ملاعق طعام من السكر
ملعقتا طعام من بودرة اللوز مع ثلث كوب من السكر الناعم
نصف كوب من برش جوز الهند.

كريم باتيسيير بجوز الهند

التحضير

يسخن حليب جوز الهند مع الحليب في قدر فوق النار. تطفأ النار. يذوب دقيق الذرة مع السكر والبيض في وعاء آخر. يضاف هذا المزيج ببطء إلى خليط حليب جوز الهند، باستعمال الشريط المعدني حتى الحصول على مزيج متجانس تماماً. تعاد القدر إلى النار ويطهى محتواها حتى يتكثف وتبدأ الفقاقيع بالظهور فيه. ترفع القدر عن النار ويسكب محتواها في طبق مسطح.
تغطى الكريما بورق النايلون اللاصق مباشرة وتترك حتى تبرد.

ثم يزين القالب بالكريما الطازجة. يمكنك استعمال كريمة دريم ويب Dream Wrliq.

كوب من حليب جوز الهند
كوب من الحليب
ربع كوب من دقيق الذرة
نصف كوب من السكر
٣ بيضات
فانيلا

التحضير

يخفق بياض البيض مع ٣ ملاعق طعام من السكر حتى يصبح أبيض وقوامه كثيفاً. يضاف مزيج بودرة اللوز والسكر الناعم بعناية إلى المرانغ (مزيج البيض المخفوق مع السكر) المحضر ويحرك الخليط بواسطة ملعقة مسطحة. يضاف برش جوز الهند ويحرك المزيج جيداً. يسكب هذا المزيج في قعر قالب تورتة غير لاصق بواسطة كيس حلويات مزود رأساً معدنياً عادياً، على أن يتم السكب في شكل لولبي بحيث تملأ دوائر المزيج كل قعر القالب. يخبز القالب في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى يصبح المرانغ وردي اللون.

تخرج الصينية من الفرن وتترك حتى تبرد تماماً.

تملأ هذه التورتة بالكريم باتيسيير مع جوز الهند وتزين بشرائح المانجا والفراولة. يدهن سطح التورتة بمربى المشمش المسخن أو بملمع الطعام الجاهز والشفاف اللون. (راجعي قسم الحلويات في السوبرماركت).

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

سلطة لحم السلطعون
مع الفاكهة الحمضية

التحضير

يخلط زيت الزيتون مع عصير الليمون وعصير البرتقال والملح للحصول على صلصة ذهبية وكثيفة. يفتت لحم السلطعون ويخلط مع الشبث، والمايونيز، وعصير الليمون، والثوم، والفلفل الأبيض للحصول على مزيج دبق. يسكب هذا المزيج في دوائر معدنية من ٤×٥ سم ويضغط عليه جيداً. تحفظ هذه الدوائر في الثلاجة حتى موعد التقديم.

لتقديم السلطة، تفرغ الدوائر المعدنية من مزيج السلطعون (السورامي). يوضع محتوى كل دائرة في وسط طبق تقديم مع القليل من أوراق السلطة الخضراء بجانبها. تصف شرائح الغريبفروت (الليمون الهندي) بشكل زخرفي حول دائرة السلطعون (السورامي). تسكب صلصة الليمون فوق لحم السلطعون (السورامي) وأوراق السلطة ويقدم الطبق فوراً.

الكمية تكفي ٦ أشخاص

الصلصة
ربع كوب من زيت الزيتون الفاخر
٣ ملاعق طعام من عصير الليمون
ملعقتا طعام من عصير البرتقال الطازج
رشة ملح، نصف كيلوغرام من لحم السلطعون (سورامي) المفتت
٣ إلى ٤ ملاعق طعام من المايونيز
٣ ملاعق طعام من الشبث المفروم
ملعقتا طعام من عصير الليمون
رشة من الفلفل الأبيض
فص ثوم مهروس ناعماً
أوراق خس للسلطة
١٢ شريحة غريبفروت (الليمون الهندي) من دون قشر
١٢ شريحة غريبفروت (الليمون الهندي) وردية من دون قشر
فلفل مطحون حديثاً

قوارب بالنقانق

الكمية تصنع ٢٠ قطعة

٢٠ شريحة من الخبز التوست الأبيض الطازج
٣ ملاعق طعام من الكاتشاب
ملعقة صغيرة من صلصة ورشستر Worcestershire sauce
٢٠ قطعة نقانق بقرية صغيرة
٣٠غ من الزبدة
بندورة (طماطم) صغيرة للزينة
أوراق خس خضراء للزينة
ملعقة صغيرة من الخردل

التحضير

تنزع حواف شرائح الخبز وترق هذه الشرائح بالشوبك لتصبح مسطحة ورقيقة. يخلط الكاتشاب (جربي طماطم كاتشب Heinz) مع صلصة ورشستر والخردل وتدهن شرائح الخبز بهذا الخليط ثم توزع فوقها قطع النقانق البقرية. – يدهن كل قارب بالزبدة وتصف القوارب في صينية وتخبز في فرن معتدل الحرارة لمدة ١٠ دقائق تقريباً أو حتى تصبح حمراء اللون. تثبت قطع البندورة الصغيرة على القوارب بواسطة عيدان الأسنان.

رزم اللحم الصينية

الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص

كيلوغرام من اللحم الهبر الفيليه المقطع إلى قطع صغيرة، ملعقتا طعام من الزنجبيل الطازج المبشور أو المفروم ناعماً
٤ رؤوس من البصل الأخضر المقطع إلى عيدان من ١-٢ سم
٤ جزرات مقطعة إلى عيدان رفيعة وقصيرة
ربع كوب من صلصة الصويا، أكياس نايلون كبيرة معدّة للطهو مقطعة إلى ١٢ قطعة
١٢ ورقة نايلون
١٢ رأساً من البصل الأخضر المطهو في المايكروويف
١٢ حبة بندورة (طماطم) صغيرة للزينة.

التحضير

تخلط قطع اللحم مع الزنجبيل والبصل الأخضر والجزر وصلصة الصويا في وعاء. يترك هذا المزيج جانباً لمدة ساعتين. تقطع أكياس النايلون المعدة للخبز إلى مربعات من ١٥ سم ويحشى كل مربع بمقدار ملعقتي طعام من مزيج اللحم، ثم يربط المربع، بواسطة أشرطة معدنية، على شكل رزمة. تصف الرزم المحشوة في الصينية وتخبز في الفرن لمدة ١٠ إلى ١٢ دقيقة. تخرج الصينية من الفرن وتوضع عروق من البصل الأخضر حول كل رزمة ثم تزين بحبة بندورة (طماطم) صغيرة.

يقدم هذا الطبق كنوع من المقبلات أو كوجبة أساسية مع الأرز الصيني المسلوق.

ملاحظة: يمكنك استبدال اللحم بالدجاج أو السمك حسب الذوق. كما يمكنك استبدال ورق النايلون بورق البارشمان.

مربّعات اللحم بخبز التنور

(الكمية تكفي ٦ إلى ٨ أشخاص)

٤ أكواب من الدقيق
رشة فانيلا
نصف كوب من الزبدة الطرية في حرارة الغرفة
٦ بيضات
ثُمن ملعقة صغيرة من الملح
٤ ملاعق طعام من السكر
٣ أكواب ونصف الكوب من الحليب الفاتر
ملعقتا طعام من الخميرة الفورية
نصف كوب من المياه الفاترة

التحضير

تقطع شرائح اللحم إلى أشرطة طويلة ورفيعة. يسخن الزيت في قدر ويقلى فيه البصل المفروم مع الثوم. يتابع القلي لمدة ٥ إلى ٧ دقائق ليصبح البصل بلون الكاراميل، ثم يضاف اللحم على دفعات ويتابع القلي حتى يتغير لون اللحم ويمتص عصارته. يجب قلي الخليط على نار قوية لمنع اللحم من إفراز عصاراته. تضاف ملعقة صغيرة من الملح إلى الخليط، إضافة إلى دبس الرمان ورشة من السبع بهارات. يخلط المزيج جيداً ويعاد إلى النار لمدة ٢ إلى ٣ دقائق، ثم يرفع عن النار ويترك ليصبح في حرارة الغرفة. يقطع خبز التنور إلى مربعات بواسطة مقص المطبخ. تحشى هذه المربعات بمزيج اللحم ثم تطوى الحواف الأربع لكل مربع مثل الظرف وتلصق على بعضها بمزيج الماء والدقيق. يحمى الزيت في مقلاة وتقلى فيه اللفافات المحشوة لتصبح هشة وذهبية. ترفع المربّعات المقلية من الزيت بواسطة ملعقة ذات ثقوب وتصفى على محارم المطبخ الورقية للتخلص من الزيت الفائض، وتصف في طبق التقديم وتقدم.

معكرونة بيني أرابياتا

Penne Arrabiata

نصف كيلوغرام من البندورة (الطماطم) الطازجة المقشرة والمفرومة
ملعقتا طعام من معجون البندورة
رأسان من الثلفل الأحمر الحريف، مفرومان ناعماً
٤ ملاعق طعام من زيت الزيتون
نصف كيلوغرام من معكرونة بيني
Penne
ملح، جبنة بارميسان مبشورة.

التحضير
تملأ قدر كبيرة بالماء المملح وتوضع فوق النار حتى الغليان. تضاف إليها المعكرونة وتسلق فيها لمدة ٩ إلى ١١ دقيقة حتى تصبح شبه ناضجة. حين تصبح المعكرونة جاهزة، تصفى من الماء وتعاد إلى القدر لكي تبقى ساخنة.
أثناء سلق المعكرونة، يقلى الفلفل الحريف المفروم في زيت الزيتون لمدة دقيقتين حتى يمتزج الزيت بنكهة الفلفل. تضاف إليه البندورة وتقوّى النار وتحرك محتويات القدر. تضاف هريسة البندورة إلى المزيج ويطهى الكل معاً حتى تصبح الصلصة كثيفة. نمزج المعكرونة المسلوقة مع الصلصة ثم نسكبها في طبق ونزينه بأوراق البقدونس أو الكزبرة الطازجة ونقدمه مع جبنة البارميسان.

ملاحظة: يصبح الفلفل الحريف لذيذاً جداً في هذه المعكرونة. وتصبح النكهة رائعة فعلاً عند امتزاج الفلفل مع زيت الزيتون.

شعيبيات بالسلق

العجينة
٤ أكواب من الدقيق (الطحين)
ربع كوب من الزيت النباتي
ملعقة صغيرة من الباكينغ باودر
ملعقة صغيرة من الملح
بيضة واحدة ونصف كوب من اللبن
ماء حسب الحاجة
صفار بيضة واحدة
وملعقة صغيرة من الحليب
لدهن سطح العجينة
بذور سمسم.

الحشوة
بصلتان متوسطتان مفرومتان ناعماً
كيلوغرام من السلق المغسول والمفروم خشناً
نصف كوب من زيت الزيتون أو الزيت النباتي
ملعقة طعام من السماق
نصف ملعقة طعام من حامض الليمون
كوب من الصنوبر
نصف كوب من الزبيب
كوب من الحمص المسلوق
نصف ملعقة صغيرة من البهار
ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر.

التحضير
تخلط كل مكونات العجينة المذكورة أعلاه في خلاط الطعام وتضاف إليها كمية كافية من الماء للحصول على عجينة متوسطة الليونة. تترك العجينة مغطاة حتى ترتاح لمدة نصف ساعة. تقسم العجينة كرات صغيرة بحجم حبات الجوز.
ثم ترق هذه الكرات إلى دوائر قطرها ١٥ سم فوق طاولة مكسوة بالدقيق. وتحشى الدوائر بالحشوة الباردة ثم تطوى من ثلاثة جوانب مثل الفطائر.
يدهن سطح الشعيبيات بمزيج صفار البيض والحليب وترش فوقها بذور السمسم. تخبز الشعيبيات في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت حتى يصبح سطحها وردي اللون. تقدم الشعيبيات فاترة.

تحضير الحشوة
يسخن الزيت في قدر ويقلى فيه البصل المعصور حتى يصبح شاحب اللون. تطفأ النار ويضاف إلى القدر كل من السلق المعصور والسماق وحامض الليمون والصنوبر والزبيب والحمص المسلوق والبهار والفلفل الأحمر.
لعصر السلق جيداً، يرش القليل من الملح فوق السلق المفروم ثم يدعك باليدين حتى خروج الماء الأخضر اللون. يضغط على السلق جيداً بين راحتيّ اليدين ثم يضاف السلق إلى القدر مع بقية المكونات.
لعصر البصل، تكرر العملية نفسها المعتمدة مع السلق.

سمك مقلي بالبصل والكزبرة (طبق خليجي)

سمكة لقز يتراوح وزنها بين كيلو و١,٥ كيلوغراماً
بصلة كبيرة مقطعة إلى شرائح
٤ فصوص ثوم مهروسة
كوب من الزيت النباتي للقلي
ليمونة حامض واحدة مقطعة إلى شرائح
ملعقتا طعام من عصير الليمون الحامض
نصف ملعقة صغيرة من العقدة الصفراء
نصف ملعقة صغيرة من النومي المطحون
ملعقة صغيرة من الكمون
ملعقتان صغيرتان من التوابل المتنوعة (قرفة، خولنجان، هال، ملح، فلفل أسود)
٣ ملاعق طعام من الدقيق
نصف باقة من الكزبرة الطازجة المفرومة
كوب من الماء.

طريقة التحضير

تنظف السمكة وتغسل ثم تجفف بواسطة محارم المطبخ الورقية.

يهرس الثوم مع نصف ملعقة صغيرة من الملح إضافة إلى الكمون وعصير الليمون والنومي.

تنقع السمكة في هذا المزيج لمدة نصف ساعة ثم تغمس في الدقيق وتقلى في الزيت النباتي الساخن حتى تنضج ويصبح جلدها هشاً.

ترفع السمكة من المقلاة وتوضع جانباً.

يقلى البصل في المقلاة نفسها حتى يصبح ذهبياً، ثم تضاف إليه الكزبرة المفرومة وتقلى لبعض الوقت قبل أن ترفع وتوضع جانباً.

يوضع كوب من الماء في المقلاة نفسها وتضاف إليه التوابل المتنوعة. تطهى التوابل فوق النار حتى يغلي المزيج. يحتفظ بالقليل من هذا المزيج جانباً ويضاف مزيج البصل إلى الكمية الباقية في المقلاة. يطهى الكل لمدة دقيقتين الى ثلاث دقائق.

توضع السمكة في طبق التقديم وتسكب فوقها الصلصة. تزين السمكة بمزيج البصل والكزبرة المحتفظ به جانباً وكذلك بشرائح الليمون. تقدم السمكة ساخنة مع الأرز المسلوق أو البطاطا.

ملاحظة: يمكنك استعمال شرائح السمك بدلاً من السمكة الكاملة.

جاتوه الدراق

الكمية تكفي ١٢ شخصاً

الجاتوه

- كوب ونصف الكوب من الدقيق المتعدد الاستعمالات
- ملعقة ونصف ملعقة صغيرة من الباكينغ باودر
- ٦ ملاعق طعام من الزبدة الطرية غير المملحة
- ثلاثة أرباع الكوب من السكر
- بيضتان كبيرتان في حرارة الغرفة
- رشة فانيلا
- نصف كوب من الحليب الرائب (نصف كوب من الحليب مع ملعقة طعام من عصير الليمون)

القشدة

- ثلثا الكوب من السكر
- ربع كوب من دقيق الذرة
- كوبان من الكريما الطازجة
- ٦ بيضات
- ملعقتا طعام من الزبدة غير المملحة
- رشة فانيلا
- ٤ إلى ٥ دراقات صفراء جامدة، مقطعة إلى شرائح
- ثلاثة أرباع الكوب من السكر الأسمر
- ملعقة طعام من عصير الليمون
- القشدة المخفوقة
- كوب ونصف الكوب من الكريما الطازجة الباردة جداً
- ملعقتا طعام من السكر الناعم
- رشة فانيلا

تحضير الجاتوه

يخلط الدقيق مع الباكينغ باودر في وعاء.

تخفق الزبدة مع السكر في الخلاط لمدة ٤ إلى ٥ دقائق. يضاف البيض إلى هذا المزيج، بمعدل بيضة واحدة كل مرة، مع ضرورة الخفق جيداً بعد كل إضافة.

تضاف الفانيلا إلى خليط الدقيق بالتناوب مع الحليب الرائب، مع ضرورة بدء الخلط وإنهائه بالمكونات الجافة.

يسكب المزيج المحضر في صينية قطرها ١٨ إلى ٢٠ سم ويمهّد سطحه.

يخبز الجاتوه لمدة ٢٥ إلى ٣٠ دقيقة في الفرن أو حتى يخرج عود الأسنان نظيفاً بعد غرزه في وسطه. يترك الجاتوه ليبرد خارج الفرن مدة ١٠ دقائق.

يخرج الجاتوه من الصينية ويترك ليبرد في حرارة الغرفة.

تحضير القشدة

يخلط السكر مع دقيق الذرة والملح في قدر.

تضاف الكريما الطازجة تدريجياً إلى هذا الخليط ويخفق الكل بواسطة المخفقة المعدنية.

توضع القدر فوق نار متوسطة حتى يغلي المزيج، مع ضرورة التحريك باستمرار.

تخفف بعدها النار وتطهى القشدة لمدة ٢ إلى ٣ دقائق.

يخفق صفار البيض في وعاء. تسكب نصف كمية مزيج القشدة الساخن فوق صفار البيض.

يخفق المزيج حتى يصبح متجانساً ثم يعاد إلى القدر. يطهى المزيج فوق نار خفيفة لمدة ٣ إلى ٤ دقائق، مع ضرورة التحريك باستمرار، حتى تتكثف القشدة وتبدأ الفقاقيع بالظهور. لكن يجب ألا يغلي المزيج أبداً. ترفع القدر عن النار وتضاف الزبدة والفانيلا إلى محتواها.

تغطى القشدة بورق النايلون اللاصق للحؤول دون تكون قشرة على سطحها. وتترك حتى تبرد في حرارة الغرفة ثم تحفظ في الثلاجة حتى تصبح باردة.

الدراق

يقشر الدراق ويقطع إلى شرائح ثم يخلط مع السكر الأسمر وعصير الليمون. يغطى الخليط ويحفظ جانباً لمدة ساعة مع ضرورة تحريكه بين الحين والآخر. يصفى الدراق ويحتفظ بالعصير.

يوضع العصير في قدر ويطهى للحصول على نصف كوب من الشراب المركز.

إعداد الجاتوه

يقطع الجاتوه أفقياً إلى نصفين. توضع الطبقة السفلية فوق صينية التقديم ويدهن سطحها بنصف كمية شراب الدراق المركز. تبسط القشدة فوق الجاتوه باستعمال كيس الحلويات، ثم توضع الطبقة الثانية من الجاتوه. يدهن سطح الجاتوه بما تبقى من شراب الدراق المركز ويغطى سطحه بشرائح الدراق. يزين الجاتوه بالكريما الطازجة الكثيفة وشرائح اللوز المحمص.

ملاحظة: يمكن استعمال قطاعة البسكويت الدائرية أو كوب الماء لتقطيع الجاتوه إلى دوائر صغيرة وإعداد قطع جاتوه فردية.

كما يمكنك تزيين القالب بالكريما الطازجة واللوز المحمص والمقطع إلى شرائح. يمكنك استعمال كريمة دريم ويب Dream Whip.

إعداد السيدة
أناهيد دونيكيان

تصوير: رونالد ناصيف

بيض غنم بدبس الرمان

التحضير

يقشر بيض الغنم وترمى القشور.

يقطع البيض إلى الشرائح طويلة شبيهة بأشكال الأصابع.

تغمس هذه الشرائح في الدقيق الممزوج مع الملح والفلفل.

يسخن الزيت في مقلاة وتقلى فيه شرائح بيض الغنم حتى تصبح ذهبية.

يرصف بيض الغنم المقلي في طبق ويحفظ ساخناً.

يرمى معظم الزيت الباقي في المقلاة ويحتفظ فقط بمقدار ٣ إلى ٤ ملاعق طعام منه. تضاف إليه الزبدة أو السمن. وحين يسخن الزيت جيداً يقلى فيه الثوم المهروس لبعض الوقت، ثم يضاف إليه دبس الرمان وعصير الليمون.

تطهى الصلصة حتى تبدأ الفقاقيع بالظهور فيها. تسكب الصلصة فوراً فوق بيض الغنم ويقدم الطبق ساخناً بمثابة نوع لذيذ من المقبلات.

٦ بيضات غنم
دقيق (طحين) وملح وفلفل أبيض لغمس بيض الغنم
٥ فصوص ثوم مهروسة
زيت للقلي
ملعقتا طعام من الزبدة أو السمن
ربع كوب من دبس الرمان
ملعقة إلى ملعقتي طعام من عصير الليمون.

فطائر باللحم

الكمية تكفي ٥ إلى ٦ أشخاص

٣ أكواب من الدقيق (الطحين)
ملعقة صغيرة من الخميرة الفورية
كوب من الماء البارد
ربع كوب من الزيت النباتي
نصف ملعقة صغيرة من الملح.

الحشوة
كيلوغرام من اللحم المفروم ناعماً (مثل لحم الهامبرغر)
ملعقة طعام من الخردل
بصلة كبيرة مفرومة ناعماً
ملعقة طعام من الملح
ملعقة صغيرة من البهار الحلو، نصف ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود، ملعقة صغيرة من الفلفل الأحمر
ملعقتا طعام من الدقيق.
يخلط اللحم مع الخردل، والبصل، والملح، والتوابل والدقيق للحصول على مزيج دبق.

التحضير

يخلط الدقيق مع الملح، والماء، والزيت، والخميرة للحصول على عجينة قاسية. تترك العجينة مغطاة حتى ترتاح لمدة ٣٠ دقيقة.

يرش الدقيق فوق سطح الطاولة وترق العجينة للحصول على دائرة كبيرة. يستعمل فنجان الشاي بمثابة قطاعة لتقطيع العجينة إلى دوائر صغيرة. تغمس اليدان في الماء لتبليل سطح كل دائرة عجين صغيرة.

يوضع مقدار قليل من الحشوة فوق كل دائرة عجين وتبسط الحشوة لتصبح مسطحة.

ترصف الفطائر فوق صينية مكسوة بالدقيق. يسخن الزيت النباتي في مقلاة وتقلى فيه الفطائر على أن تكون جهة اللحم إلى الأسفل أولاً بعد أن يسخن الزيت جيداً. تقدم الفطائر ساخنة أو فاترة مع اللبن وشرائح الليمون.

غراتان الباذنجان باللحم

الكمية تكفي ٣ إلى ٤ أشخاص

كيلوغرام من الباذنجان الأسود الصغير والطويل
٣٠٠ غرام من لحم الغنم أو العجل المفروم على نحو متوسط
ربع كوب من الصنوبر
ملعقة طعام من معجون البندورة (الطماطم)
نصف كوب من الماء
لتذويب المعجون
ملح وفلفل أسود
بهار وقرفة
رأسا بندورة متوسطان مقشران ومقطعان إلى مكعبات صغيرة
رأس فلفل أخضر حريف مفروم ناعماً
بصلة متوسطة مفرومة
زيت لقلي الباذنجان
زيت وملعقة طعام من الزبدة أو السمن لقلي اللحم
صلصة بيضاء
١٠٠غ من الجبنة المتنوعة (غرويار وموزاريلا وقشقوان).

الصلصة البيضاء
ملعقتا طعام من الدقيق (الطحين)
ملعقتا طعام من الزبدة
كوب من القشدة
نصف كوب من الحليب
ملح ورشة من جوزة الطيب.
تسخن الزبدة في قدر. يضاف اليها الدقيق ويقلى معها حتى تفوح رائحة لذيذة. تضاف القشدة والحليب مع الملح وجوزة الطيب. يطهى المزيج حتى تظهر الفقاقيع فيه. ترفع القدر عن النار.

التحضير

تغسل رؤوس الباذنجان وتجفف ثم تقشر أقلاماً. تنقع رؤوس الباذنجان في الماء المملح لمدة ساعة، ثم تجفف وتترك جانباً. يسخن الزيت في مقلاة عميقة وتقلى فيه رؤوس الباذنجان حتى تصبح وردية اللون.

تحضّر حشوة اللحم ويحشى كل رأس باذنجان بالحشوة. تفرم البندورة وتوزع والفلفل الأخضر الحريف في قعر صينية الخبز. ترصف رؤوس الباذنجان المحشوة فوق البندورة، وتسكب فوقها الصلصة البيضاء وترش فوقها الجبنة المتنوعة. تخبز الصينية في فرن حرارته ٣٥٠ درجة فهرنهايت إلى أن تصبح الصلصة وردية اللون وتذوب الجبنة.

تحضير حشوة اللحم

يسخن الزيت مع الزبدة أو السمن في مقلاة ويقلى الصنوبر ثم يرفع. يقلى بعدها البصل المفروم في المقلاة نفسها بما تبقى من الزيت لبضع دقائق. يضاف إليه اللحم ويتابع القلي حتى يتغير لون اللحم وينضج. يضاف معجون البندورة مع الماء ومن ثم التوابل ويتابع الطهو لبضع دقائق اضافية ثم يضاف الصنوبر المقلي وتخلط الحشوة جيداً.

فطائر اليخنة

(طبق نباتي للحمية)

التحضير

ينخل الدقيق مع رشة من الملح فوق وعاء. تضاف إليهما النخالة. تفتح فجوة في الوسط وتسكب فيها البيضة مع نصف كمية الحليب. يخلط الكل جيداً للحصول على عجينة ناعمة. تضاف بقية الحليب تدريجياً ويخفق المزيج جيداً. يغطى الوعاء ويترك ليرتاح مدة ٢٠ دقيقة. ترش مقلاة ثقيلة القعر قطرها ١٨ سم برذاذ الزبدة أو تستعمل مقلاة غير لاصقة ويرش فوقها الزيت. تسخن المقلاة فوق النار ويسكب فيها مقدار كاف من العجينة لتغطية قعرها في شكل طبقة رقيقة. تطهى هذه العجينة لمدة ٢ إلى ٣ دقائق حتى تصبح جهتها السفلية وردية اللون. تقلب بعدها وتطهى على الوجه الآخر لمدة دقيقة إلى دقيقتين.

تنقل هذه الرقاقة إلى طبق مغطى بورق البرشمان، وتكرر العملية نفسها مع بقية العجينة للانتهاء منها تماماً. توضع الرقاقات جانباً حتى موعد الاستعمال.

تحضير الحشوة

توضع مكعبات الباذنجان في مصفاة ويرش فوق الملح. تترك جانباً لمدة ٣٠ دقيقة ثم تشطف جيداً وتصفى.

يوضع فص الثوم مع الكوسا، والفلفل، والمرقة، والماء، والبندورة في قدر كبيرة. يطهى الكل في قدر غير مغطاة لمدة ١٠ دقائق، مع ضرورة تحريكه بين الحين والآخر. تضاف مكعبات الباذنجان ويطهى الكل لمدة ١٥ دقيقة إضافية. يخلط دقيق الذرة مع ملعقتين صغيرتين من الماء ثم يضاف إلى محتوى القدر. يترك الخليط يغلي فوق النار لمدة دقيقتين. تضاف التوابل حسب الذوق.

يسكب القليل من مزيج اليخنة في وسط كل فطيرة، ثم تطوى الفطيرة إلى نصفين، وبعدها أيضاً إلى نصفين للحصول على شكل كوز. تقدم الفطائر ساخنة.

ملاحظة: يمكنك إذا شئت استعمال أرغفة التورتيلا بدل الفطائر. ما عليك سوى تسخينها وحشوها وتقديمها.

الكمية تكفي ٤ أشخاص

في الحصة الواحدة:
طاقة: ١٨٢ وحدة حرارية
بروتين: ٩,٣٦ غ
دهون: ٣,٠٧ غ
دهون مشبعة: ٠,٦٢ غ
ألياف: ٤,٧٣ غ

تكون هذه الفطائر سميكة قليلاً أكثر من العادة لاحتواء الحشوة النباتية الكثيرة العصارة. وعند استعمال رذاذ الزبدة، يمكنك التحكم في مقدار الدهن المستعمل وجعله يقتصر على أدنى حد.

الفطائر
ثلثا الكوب من الدقيق (الطحين) العادي أو الدقيق الكامل
ربع كوب من نخالة القمح المتوسطة
بيضة واحدة
رشة ملح
كوب وربع الكوب من الحليب المقشود، رذاذ الزبدة لدهن المقلاة.

للحشوة
رأس باذنجان كبير مقطع إلى مكعبات من ٢,٥ سم
فص ثوم مهروس
حبتا كوسا متوسطتان مقطعتان إلى شرائح
رأس فلفل أخضر منزوع البذور ومقطع إلى شرائح
رأس فلفل أحمر منزوع البذور ومقطع إلى شرائح
٥ ملاعق طعام من مرقة الخضار وكوب من الماء
كوب من البندورة (الطماطم) المقشرة والمفرومة ناعماً
ملعقة صغيرة من دقيق الذرة
ملح وفلفل أسود.

معكرونة بالحبش (طبق للحمية)

الكمية تكفي ٤ أشخاص

في الحصة الواحدة:
طاقة: ٣٩١ وحدة حرارية
دهون: ٤,٩ غرامات
دهون مشبعة: ٢,٢ غ
كولسترول: ٦٠ ملغ
ألياف: ٣,٥ غ

٢٧٥غ من لحم الحبش المفروم
١٥٠غ من شرائح لحم الحبش المفروم
فص أو فصا ثوم مهروسان
بصلة واحدة مفرومة ناعماً
جزرتان مقطعتان إلى مكعبات صغيرة
ملعقتا طعام من هريسة البندورة (الطماطم)
ربع كوب من مرقة الدجاج
٢٢٥غ من الريغاتوني أو معكرونة بيتي على شكل عيدان صغيرة
ملعقتا طعام من جبنة البارميسان المبشورة
ملح وفلفل أسود.

التحضير

يحمّر لحم الحبش المفروم في مقلاة غير لاصقة، وتفتت كل القطع الكبيرة بواسطة ملعقة خشبية. يضاف لحم الحبش المفروم مع الثوم، والبصل، والجزر، وهريسة البندورة، والمرقة والتوابل. يترك المزيج فوق النار حتى الغليان ثم تغطى القدر ويغلى محتواها لمدة نصف ساعة حتى ينضج. تطهى المعكرونة في قدر كبيرة مليئة بالماء المغلي المملح حتى تنضج. تصفى المعكرونة وتخلط مع صلصة الحبش. يمكن خبز هذا الطبق في فرن محمى مسبقاً للدرجة ٣٥٠ فهرنهايت أو ١٨٠مئوية أو غاز رقم ٤. يوضع المزيج في صينية قليلة العمق وترش فوقه جبنة البارميسان المبشورة. تخبز الصينية لمدة ٢٠ إلى ٣٠ دقيقة حتى يحمرّ سطحها قليلاً.

ملاحظة: يمكنك استعمال لحم الدجاج المفروم أو لحم البقر الهبر المفروم في هذه الوصفة.

الكاسترد الثلجي

الكمية تكفي ١٢ شخصاً

٤ أكواب ونصف الكوب من الحليب، نصف كوب من السكر، ملعقة طعام من برش الليمون نصف كوب من السكر
٤ بيضات في حرارة الغرفة، فانيلا
٣ ملاعق طعام من الدقيق
فاكهة معلّبة أو فاكهة طازجة مسلوقة

التحضير

يغلى الحليب مع السكر وبرش الليمون.
يخفق بياض البيض جيداً حتى يتكثف. يمكن إضافة ربع ملعقة صغيرة من كريم التارتار إليه إذا شئت. يضاف البيض المخفوق، ملعقة تلو الأخرى، إلى الحليب المغلي. يطهى المزيج لبضعة ثوان ثم يرفع عن النار. يحتفظ ببقية الحليب جانباً.
يخفق صفار البيض. تضاف إليه الفانيلا مع الدقيق ونصف كوب من السكر. يحرك المزيج جيداً. يضاف هذا المزيج إلى الحليب الباقي ويغلى معه مع ضرورة التحريك باستمرار.
يبسط القليل من بياض البيض المسلوق فوق الكاسترد البارد.
ثم يزين الطبق بالكريما الطازجة والمزيد من الفاكهة ويحفظ في الثلاجة حتى موعد التقديم.
يمكنك استعمال كريمة دريم ويب Dream whip.